

UNIVERSIDAD DE LA CIENCIA DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE
FACULTAD DE CULTURA FÍSICA
NANCY URANGA ROMAGOZA
PINAR DEL RÍO

Tesis presentada en opción al título académico de
Master en Actividad Física en la Comunidad.

Título: Programa de juegos predeportivos para mejorar la
ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20 a 25 años del
consejo popular Cabeza.

Autor: Lic Omar Lenin Díaz Mena

Tutora: MSc María de las Nieves Díaz Hernández

PENSAMIENTO

“

El deporte requiere disciplina, y disciplina mucho al niño y al joven, lo enseña a ser resistente, estable, tenaz y valiente; influye en su carácter, ayuda a su salud y a su desarrollo físico y mental”.

(Discurso pronunciado durante el encuentro con representantes de la delegación deportiva que asistió a los Juegos Panamericanos de Winnipeg, Ciudad de La Habana, 13 de agosto de 1999.)”.

Fidel Castro Ruz.



AGRADECIMIENTOS

A todos mis compañeros de estudio, a mis amigos y familiares, a los profesores que día a día fueron encendiendo la llama de la investigación e iluminando el camino a seguir, a mi tutora por su paciencia y atención, a todos, mi más sincero agradecimiento.

MUCHAS GRACIAS.

ÍNDICE

Actividad	Pagina
Introducción	1
Preguntas Científicas	4
Tareas	4
Universo y muestra	4
Estrategia metodológica	5
Definición de Términos	7
Capítulo I	9
1.1. La recreación.	9
1.1.1. Tendencia histórica de la recreación en Cuba.	11
1.1.2 Tendencias actuales de la ocupación del tiempo libre y la recreación	12
1.2.1 Sobre el ocio.	16
1.2.2 Actividades físico-recreativas	17
1.3 Fundamentación biológica de los jóvenes	19
1.4 Los juegos y su clasificación.	21
1.5 - El trabajo comunitario.	31
1.6.- Fundamentación del Programa	33
1.6.1-Clasificación del programa de juegos predeportivos	35
1.6.2-Instrumentación y aplicación del programa	35
Capítulo II:	38
2.1. Características de nuestra comunidad.	38
2.2 Características del grupo de Jóvenes, motivo de nuestro trabajo.	39
2.3. Análisis de los resultados	40
2.3.1- Resultados de la Observación.	40
2.3.2 Resultados de la Encuesta.	41
2.3.3 Resultado del auto registro de	42
2.3.4 Análisis de la aplicación de las técnicas de Intervención comunitaria.	43
2.3.5 Resumen del Diagnóstico Inicial.	44
2.4 Valoración del programa de juegos predeportivos propuesto por el criterio de especialistas	44
2.4.1. Propuesta del programa de juegos predeportivos para ocupar el tiempo libre de los jóvenes de 20 a 25 años.	45
2.4.2 Propuesta del programa de juegos predeportivos.	46
2.4.3 Descripción de los juegos predeportivos.	48
2.5 Resultados del grado de satisfacción del programa de juegos	51
2.5.1. Análisis de la encuesta final	52
2.5.2. Distribución del tiempo libre	54
2.5.3. Análisis de la aplicación de la dócima de dos proporciones aplicada a la encuesta.	54
2.5.4. Análisis de la aplicación de la dócima de dos proporciones al resumen de las Observaciones efectuadas inicial y final (resultado de bien)	55
Conclusiones	57
Recomendaciones	58
Bibliografía	59
Anexos	

RESUMEN

Esta investigación se encuentra relacionada con la propuesta de un programa de juegos predeportivos para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20 a 25 años del consejo popular Cabeza. Durante la realización de esta investigación se realizó un minucioso estudio bibliográfico de los antecedentes conceptuales y teóricos sobre el objeto de la investigación. El diagnóstico fue apoyado por todo un arsenal metodológico y de diversas técnicas de intervención comunitaria, entre las que se destacan: encuestas, entrevistas, análisis estadístico matemático, determinándose la necesidad social y científica. El objetivo que nos hemos planteado está relacionado con la intención de aportar a nuestra experiencia pedagógica los resultados del proceso de búsqueda y procesamiento de información y ofrecer una tentativa de solución a la recreación de los jóvenes con edades de 20 a 25 años de la comunidad antes citada. Los principales resultados del trabajo comprenden la propuesta de un programa de juegos predeportivos apropiado según las necesidades y posibilidades locales, con lo que se garantizaría una mayor ocupación del tiempo libre, en pro de la educación y restablecimiento espiritual y físico del grupo para el cual fue destinado.

Palabras claves de la investigación.

- **Tiempo libre.**
- **Juegos Predeportivos.**
- **Jóvenes de 20 a 25 años.**

INTRODUCCIÓN

En la sociedad contemporánea, el carácter de la utilización del tiempo libre se está convirtiendo en uno de los problemas sociales más importantes. Nuestro país, hoy más que nunca, preserva las conquistas de la sociedad socialista soportando y resistiendo por 50 años el más cruel y brutal bloqueo económico, político y militar impuesto por el imperialismo yanqui.

En estas condiciones la recreación es una forma desarrolladora para el pueblo desde el punto de vista cultural, de salud y social. Aseguradas las condiciones socio económicas está llamada a desempeñar un gran papel pues por los valores específicos basados en la opción de auto desarrollo debe llegar a constituirse en el socialismo en una escuela formadora de conciencia y adecuado y eficaz instrumento de elevación del nivel cultural del pueblo.

Sabemos que hay problemas con la realización de actividades recreativas, pero con nuestra investigación pretendemos llegar a resultados positivos que describan en una función de diagnóstico el comportamiento de estas actividades considerando que la realización de la misma es una gran proeza para estos tiempos.

La tendencia y voluntad del país es ir al trabajo comunitario integrado, que es un proceso de concertación de voluntades, esfuerzos y tareas, buscando elementos comunes y diferenciales para evitar redundancias innecesarias. El desarrollo de las relaciones de colaboración y ayuda mutua entre sus miembros, fortalecer la defensa de la Revolución en todas las formas en que ella se expresa, consolidando así el proyecto cubano de desarrollo socialista.

El desarrollo de ese proceso de integración del trabajo comunitario, ha estimulado la puesta en práctica de diferentes proyectos en los que los consejos populares desempeñan un papel significativo, ya sea como gestores, conductores o protagonistas. Esos proyectos se han convertido en la fuente principal para el enriquecimiento teórico-metodológico en el proceso de perfeccionamiento de los Órganos Locales del Poder Popular desde la base.

El estudio y desarrollo del trabajo comunitario cobra en la actualidad singular importancia dado los cambios que se están operando tanto en el marco internacional, como nacional, que se reflejan en la vida de la comunidad. En esta perspectiva, reconocer el desarrollo en distintas regiones del mundo y particularmente en Cuba, es una necesidad dada la importancia que cobran los esfuerzos de organizaciones y propuestas para lograr la participación del pueblo en el conocimiento y enfrentamiento a los diversos dilemas y problemas que las presentes y futuras realidades demandan.

En nuestra comunidad se viene realizando un gran esfuerzo por elevar el trabajo comunitario, pero falta planificación y organización en las actividades ya que las que se realizan se hacen de forma individual, como son los juegos y las actividades culturales, estas en ocasiones se planifican para celebrar fechas conmemorativas.

Los motivos que nos llevan a realizar la investigación son los siguientes:

- ✓ Se pudo constatar que el programa existente de actividades físico recreativas no satisface la demanda de los jóvenes comprendidos entre 20-25 años por la forma en que están programadas.
- ✓ En el Consejo popular Cabeza, los jóvenes comprendidos entre 20-25 años manifiestan que las actividades que se programan son escasas y poco variadas.
- ✓ Los jóvenes comprendidos en las edades de 20-25 años ocupan el tiempo libre en actividades ilícitas como las peleas de gallos, la carraca y el Siló, entre otras.
- ✓ Existen áreas e instalaciones recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de dicha edad en nuestro consejo popular.

Cuando se realizó el estudio exploratorio a través del auto registro de actividades, detectamos que los jóvenes disponían de cuatro horas y cincuenta minutos de tiempo libre. En el siguiente resumen aparece la distribución del tiempo libre obtenido al analizar el auto registro de actividades.

MUESTRA	ACTIVIDADES PRINCIPALES	TIEMPO PROMEDIO
53	Trabajo o Estudio.	8,00
	Transportación.	1,00
	Necesidades Biofisiológicas.	9,00
	Tareas Domésticas.	0,30
	Actividades de Compromiso Social.	1,20
	Tiempo Libre.	4.5
	TOTAL	24

Ese tiempo libre se desglosa en las actividades que se reflejan en la siguiente tabla

Muestra	Actividades de tiempo libre	Tiempo promedio
51	Ver Televisión	1,02
	Ir a Fiestas	0,20
	Escuchar Música	0,30
	Practicar Deportes	0.25
	Visitar Amigos	0.49
	Otras Actividades	2.26
	TOTAL	4,50

Problema.

¿Cómo mejorar la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20 a 25 años del consejo popular Cabeza?

Objeto de Estudio

Proceso de recreación comunitaria.

Campo de acción

Ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20 a 25 años.

Objetivo general.

Proponer un programa de juegos predeportivos para mejorar la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20 a 25 años del Consejo popular Cabezas.

Preguntas Científicas.

1. ¿Cuáles son los referentes teóricos y metodológicos que fundamentan la recreación y la ocupación del tiempo libre de los jóvenes en Cuba y el mundo?

2. ¿Cuál es la situación actual que presenta la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20-25 años del consejo popular Cabeza?
3. ¿Cómo elaborar un programa de juegos predeportivos para mejorar la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20-25 años del consejo popular Cabeza?
4. ¿Cuál es la efectividad del programa de juegos predeportivos para mejorar la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20-25 años del Consejo popular Cabeza?

Tareas.

1. Sistematización de los referentes teóricos y metodológicos que sustentan la recreación y la ocupación del tiempo libre de los jóvenes en Cuba y el mundo.
2. Diagnóstico de la situación actual en la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20-25 años del Consejo popular Cabeza.
3. Elaboración del programa de juegos predeportivos a utilizar para mejorar la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20-25 años del consejo popular Cabeza.
4. Valoración de la efectividad del programa de juegos predeportivos para mejorar la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20-25 años del Consejo popular Cabeza.

Universo y muestra.

Población	Hembras	%	Varones	%
153	71	46	82	54
Muestra				
51	10	19.6	41	8.4

La muestra fue seleccionada atendiendo al criterio uno de cada tres, seleccionando 51 para integrarla, utilizando el método aleatorio simple.

Diseño estadístico: Tipo de datos cualitativo.

Escala de medición: Ordinal.

Técnicas estadísticas:

1. Trabajo con medidas de posición relativa: Cálculo porcentual.(Estadística descriptiva).

2. Prueba de hipótesis. prueba de los rangos señalados de Wilkonxon para establecer las diferencias significativas antes y después de aplicada la propuesta. (Estadística inferencial).

Estrategia metodológica

Métodos Teóricos

- **Histórico Lógico:** Permite conocer acerca de la evolución y desarrollo de los juegos deportivos y como variante de estos los juegos predeportivos y así determinar los aspectos más significativos de estos para la ocupación del tiempo libre por los jóvenes.
- **Análisis y Síntesis:** Permitió hacer un estudio detallado de la investigación y profundizar en el análisis de los contenidos que mayor incidencia tienen por su enfoque en las exigencias más actuales de los juegos predeportivos que prefieren los jóvenes para la ocupación del tiempo libre.
- **Inducción Deducción:** Este resultó ser fundamental ya que nos facilitó el análisis y reflexión a partir de la interpretación, consulta y bibliografía que sirvió de fuente de conocimiento, posibilitando combinar los diferentes contenidos (juegos predeportivos, tiempo libre) de lo particular y lo general, lo que facilita establecer generalizaciones, asegurando una mejor selección de los juegos propuestos.

Métodos Empíricos

- **Encuesta:** Se utilizó para recopilar datos acerca de las preferencias recreativas de los jóvenes y para conocer qué hacían en su tiempo libre.
- **Entrevista:** Se realizó con el propósito de conocer una serie de elementos relacionados con los juegos predeportivos, variedad y frecuencia con que se venían desarrollando hasta el momento.
- **Consulta con especialistas:** Lo utilizamos para profundizar en conocimientos con la ayuda de especialistas en la recreación y el tiempo libre.
- **Observación:** Se aplicó con el objetivo de constatar una serie de aspectos relacionados con la planificación y realización de las actividades recreativas ofertadas y organizadas por los factores implicados en la recreación en el área motivo de estudio, tales como; idoneidad del lugar, participación, organización y preferencia de los jóvenes, efectuándose en el mes de enero de 2010.

➤ Pre experimento: se utilizó para diagnosticar el estado inicial y final de la ocupación del tiempo libre de la muestra seleccionada.

➤ **Métodos Sociales Comunitarios.**

➤ **Método de intervención participativa:** Se aplica a diferentes factores y jóvenes con el objetivo de recoger información y motivarlos hacia la práctica de juegos predeportivos, con el fin de transformar la realidad social. El instrumento utilizado es el auto registro de actividades.

➤ **Informantes claves:** Facilitó la recogida de información complementaria. Se incluyó a la Secretaria de la delegación de la FMC, Delegado de la circunscripción, Presidente del CDR, Presidente del consejo popular, un dirigente sindical ya jubilado que es un activista del consejo popular, un maestro jubilado, Secretario del núcleo zonal del PCC, el médico y enfermera etc.

➤ **Forum comunitario:** Se ocupó un espacio en la asamblea del delegado, donde participaron miembros de la comunidad, organizaciones políticas y de masas y el investigador.

Métodos estadísticos.

➤ **Estadística Descriptiva** Se utilizó para el análisis de los resultados de las encuestas, entrevistas y de la guía de observación para hallar los valores que se necesitan empleando el análisis porcentual como vía fundamental para solucionar nuestro trabajo

➤ **Estadística Inferencial:** Se utilizó para corroborar científicamente los resultados obtenidos en cada uno de los momentos de la investigación y el grado de significación.

Novedad Científica.

Está enmarcada en la propuesta de un programa de juegos predeportivos para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes comprendidos entre 20-25 años del Consejo popular Cabeza, como una forma de intervención comunitaria.

Aporte Teórico.

Esté dado en la fundamentación teórica- metodológica de los juegos predeportivos para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes.

Aporte Práctico

La propuesta del programa de juegos predeportivos que ocupan el tiempo libre de los jóvenes comprendidos entre 20 -25 años del consejo popular Cabeza.

Principales resultados esperados.

Lograr con la implementación de los juegos predeportivos propuestos, la ocupación del tiempo libre de los jóvenes, comprendidos entre 20-25 años, en una recreación sana, teniendo en cuenta la política de nuestra Revolución, del INDER y del Departamento de Recreación, que tiene dentro de sus tareas fundamentales la de dar ocupación al tiempo libre de nuestra población y satisfacer sus intereses.

Definición de Términos.

Recreación: Todas aquellas actividades que el hombre realiza durante sus horas libres o de asueto, a voluntad propia generalmente en pleno contacto con la naturaleza o en un medio diferente a su lugar habitual de origen y que le brinda satisfacción inmediata.

Juegos: Acción y efecto de jugar. Ejercicio recreativo sometido a reglas, y en el cual se gana o se pierde.

Juegos Predeportivos: Expresan la iniciación o inclinación hacia los deportes introduciéndose en ellos los fundamentos esenciales de las disciplinas deportivas.

Tiempo Libre: Es aquel que resta luego de descontar el tiempo empleado en la realización de un conjunto de actividades del día natural (24horas) clasificadas en cinco grupos genéricos. El trabajo y estudio, transportación, actividades de compromiso social, tareas domésticas y actividades biofisiológicas.

Programa: Previa declaración de lo que se piensa hacer en alguna materia u ocasión, proyecto ordenado de actividades, serie ordenada de operaciones necesarias para llevar a cabo un proyecto.

Categorías e Indicadores

- Experiencia profesional de los profesores de Recreación
- Edad de los practicantes
- Condiciones materiales para el trabajo en la recreación.

- Dominio de la técnica y los reglamentos del deporte a trabajar.
- Nivel académico de los profesores.

CAPITULO I. Fundamentos teóricos metodológicos de la recreación y la ocupación del tiempo libre. Caracterización.

En este capítulo presentamos una fundamentación sobre diferentes criterios teóricos que justifican la ocupación del tiempo libre a través de la participación consciente de los jóvenes en los juegos predeportivos, como resultado de una influencia educativa destacando las bases psicológicas, sociológicas y pedagógicas en la comunidad.

1.1. La recreación.

La palabra recreación es escuchada hoy en cualquier parte, la amplia variedad de su contenido permite que cada quién la identifique de diferente forma, sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses en el mundo moderno puede constituir formas de recreación. Es por eso que muchas veces encontramos que lo que para unos es recreación, para otros no lo es, por ejemplo, el cuidado de los jardines, para algunos resulta una actividad recreativa y para otros constituye su trabajo.

A continuación presentamos varios enfoques conceptuales de recreación, ya que esta ha adoptado connotaciones de índole práctica y ejecutiva que la separa del concepto de tiempo libre que se analizará en su debido momento.

Para Joffre Dumazedier (23), destacado sociólogo francés dedicado a los estudios del tiempo libre, recreación "es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar, para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales ". Es una definición esencialmente descriptiva, aunque popularmente conocida como la de las tres "D": Descanso, Diversión y Desarrollo.

Otra definición bastante conocida por englobar los principales aspectos que los diferentes autores incluyen en múltiples definiciones es la del profesor norteamericano Harry A. Overstrut, citado por Aldo Pérez (2003) quien plantea que: "La recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre, con tendencia a satisfacer ansias psico - espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización". En esta definición el elemento socialización le imprime un sello particularmente que la distingue, por cuanto es uno de los aspectos de más resonancia en las funciones de la recreación, sin embargo, en ella no queda preciso el hecho del desarrollo que propicia al individuo.

Una muy aceptable y completa definición fue elaborada en Argentina, durante una convención realizada en 1967, definición que mantiene su plena vigencia y plantea: "La recreación es aquella actividad humana, libre, placentera, efectuada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre. Le brinda la oportunidad de emplear su tiempo libre en ocupaciones espontáneas u organizadas, que le permiten volver al mundo vital de la naturaleza y lo incorporan al mundo creador de la cultura, que sirven a su integración comunitaria y al encuentro de su propio yo, y que propenden, en última instancia, a su plenitud y a su felicidad".

Teniendo en cuenta todos estos conceptos dados por eminentes personalidades en el mundo definir como concepto propio que la recreación no es más que la actividad que el individuo realiza individual y colectivamente en su tiempo libre con el objetivo de satisfacer sus necesidades.

La recreación en el ámbito mundial ha venido tomando fuerza y relevancia en todos los estratos socio económico, así como en diversos sectores como el educativo, el empresarial y en especial el social- comunitario, por lo tanto, se hace evidente la necesidad no sólo de políticas sociales, que atraigan a los ciudadanos, sino también políticas recreativas que integren a la comunidad.

Es evidente que el proceso de desarrollo social objetivamente, va asignando al factor tiempo libre y a la recreación, un papel cada vez más importante en las tareas del desarrollo económico y del bienestar social, la demanda de prácticas físico-deportivas, en proceso de crecimiento continuo, se caracteriza por la variedad de tipos de actividades, formas y espacios de realización, presentando dinámicas muy particulares y novedosas.

Características de la recreación

La recreación presenta las siguientes características:

- Es un fenómeno de reproducción, y por el consumo de bienes culturales esta se ubicará dentro de la fase de consumo reproductivo del proceso general de reproducción.
- Depende del nivel de desarrollo de las fuerzas productivas y del carácter de las relaciones de producción.
- Posee carácter superestructural al ser la misma un fenómeno que se caracteriza por el consumo de actividades culturales utilizando la aceptación amplia de cultura, tanto artístico literario, como física.

Funciones de la recreación

La recreación desempeña diferentes funciones, destacándose:

- El ocio complementa en grado significativo las funciones de reposición o las energías gastadas en el proceso productivo, compuesto por, descansos pasivos y activos, entretenimiento, relaciones familiares y amistosas; y que a través de las actuales interpretaciones denominaremos reproducción.
- La actividad más elevada relacionada con el desarrollo del hombre, con la revelación de su capacidad estudio, participación en la recreación en el consumo de los valores espirituales.

1.1.1. Tendencia histórica de la recreación en Cuba.

Algunos aspectos de la historia de la recreación en Cuba, fue parte de la bibliografía utilizada para la elaboración de este trabajo. Este nos permite entre otros aspectos de singular importancia, enfocar la recreación como fenómeno socio-cultural en un mismo contexto con el desarrollo histórico a través de diferentes regímenes sociales que han ocurrido en nuestro país, analizando además con una fundamentación materialista histórica. Al ser vista la recreación como fenómeno social la hace dependiente de cada régimen social del grado de desarrollo alcanzado por las fuerzas productivas y del carácter de las relaciones de producción, haciendo una valoración de estas circunstancias en el análisis de nuestra historicidad recreativa, donde se puede apreciar objetivamente esta situación como un hecho real que se ha manifestado en cada una de las estructuras socio-económicas desarrolladas en nuestro país hasta el presente.

Desde el punto de vista histórico la recreación se ha asociado con el estilo de vida de la aristocracia, mientras que el resto de la población no podía disfrutar de la misma porque tenía que trabajar para subsistir.

Paradójicamente, el crecimiento económico se ha explicado en parte como resultado de una mayor aceptación del protestantismo, y hoy es justamente en estos países donde la gente dispone de más tiempo libre para la recreación al ser más ricos y tener mayores ingresos.

En la realidad social, sin embargo, oportunidades de recrearse han pasado a formar parte de la vida en todas las sociedades del mundo. Aún en sociedades no desarrolladas y sin los avances técnicos y de nacionalización doméstica a que se debe aspirar, existe objetivamente un tiempo libre que la población puede emplear de diversas maneras. La forma en que la emplea tiene mucha relación con importantes problemas de formación y educación para su disfrute y ocupación de manera consciente.

El estudio de estas diferencias ha dado lugar a una extensa bibliografía en todo el mundo acerca de la definición del término tiempo libre.

Ha habido también una reestructuración generalizada de la división del trabajo en los países industriales más avanzados. Por ejemplo las mujeres han entrado en el mercado de trabajo de forma masiva, empleadas tanto a tiempo parcial como a tiempo completo.

1.1.2 Tendencias actuales de la ocupación del tiempo libre y la recreación en los jóvenes.

La enseñanza del buen uso del tiempo libre no ha sido ni es hasta ahora aunque parezca extraño, ni un elemento fundamental en la vida familiar, ni una asignatura escolar, ni un tema dominante en la vida del hombre actual. En el mejor de los casos, empieza a ser desde ahora tema de artículos y de alguna literatura que aparece sobre todo en el ámbito internacional.

Como tiempo libre se conoce al espacio restante después de concluir la realización de actividades docentes, laborales, domésticas, fisiológicas, de transportación y de compromiso social, en el que se realizan actividades de libre elección a voluntad de los propios implicados.

Según Grushin, O (1996) en el libro *Tiempo libre y desarrollo social* (33) nos dice que el tiempo social es la forma de existir de los fenómenos materiales fundamentales de la sociedad que resultan una condición necesaria para el desarrollo, el cambio consecuente de las formas sociométricas como proceso histórico material. Además por tiempo libre se entiende pues, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las inversiones de tiempo utilitario (actividades domésticas, fisiológicas, de transporte, etc.) es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones.

La categoría tiempo libre es una categoría sociológica íntimamente vinculada a toda la vida social, material y espiritual de los hombres. Su relación con la actividad productiva determina la base económica y el aumento de la productividad, por lo cual se relaciona con la conciencia social, con la ideología, cuya expresión es precisamente la sociología.

En el libro de *Recreación comunitaria* Pedro Fullea Bandera y Colectivo de Metodólogos de la Dirección Nacional de Recreación del INDER (28) definen el tiempo libre como el momento en el que el ser humano puede ejercer su libertad de elección para la acción participativa según sus intereses y necesidades. Comúnmente se le identifica con el ocio, cuando en realidad puede transcurrir tanto dentro como fuera del tiempo de ocio. Es, por definición, un momento de recreación, de crecimiento y desarrollo personal.

La utilización del tiempo libre se encuentra vinculada al desarrollo de la personalidad socialista. Lo contrario de lo que sucede en la sociedad capitalista, que por estar dividida en clases y basada en la obtención de mayores ganancias, "el tiempo libre se convierte en un elemento más para el consumo y también en un elemento de riqueza adicional para la clase explotadora" (Rodríguez. E, 1982, p38). (53)

En concordancia con lo planteado por Moreira, R (1979) (45) podemos decir que en las condiciones del capitalismo para con el proletariado y la clase obrera de vanguardia, convierten la recreación y el tiempo libre de las personas en un elemento de lucha de clases

en los distintos niveles de estas, especialmente en lo ideológico pues aporta una conceptualización científica, materialista e histórica, imprescindible para aumentar y coordinar las formas de esta lucha, sobre todo en contra de la gran carga ideológica que las teorías burguesas introducen en los conceptos y contenidos de la recreación y el tiempo libre. Por lo que Según Rodríguez Millares, en el libro Tiempo libre y personalidad, hace referencia a la correcta utilización del tiempo libre, donde existe una vinculación con el desarrollo de la personalidad, de nuestra sociedad, lo contrario de la capitalista donde esta se utilizó como consumo y fuente de riqueza adicional para la clase explotadora.

Al hablar de tiempo libre es preciso destacar la vinculación directa de este fenómeno con la producción social y por tanto su naturaleza económica y sociológica, la cual una vez evidenciada permite el estudio del mismo sobre bases rigurosas.

Las tendencias mundiales actuales apuestan por menos trabajo y más ocio o tiempo libre. Las horas de trabajo, diarias, semanales, anuales, así como vitales (a lo largo de toda la vida), se han visto paulatinamente reducidas, en especial para los hombres y, en particular, para los menos calificados. La edad tradicional de jubilación de 65 años se anticipa e iguala con frecuencia entre los sexos, mientras que la esperanza de vida es mayor por lo que el mundo del ocio nos atrae cada vez más. Como consecuencia, surgen multitud de programas de construcción de estadios, complejos deportivos, centros de ocio y ciudades universitarias; el ocio se ha convertido en una industria gigantesca que, paradójicamente, ocupa a un número creciente de personal laboral. La televisión se acerca a niveles de saturación y el turismo o los viajes al extranjero se han generalizado. Distinciones tradicionales de sexo y edad pierden progresivamente su sentido en este contexto. La gente puede divertirse en oficinas y fábricas, del mismo modo que con el trabajo realizado desde su propia vivienda.

El tiempo libre como hecho histórico aparece en la sociedad capitalista, como respuesta a las necesidades de reproducción social y desarrollo demandadas por los trabajadores, pero, igualmente, esta parte del tiempo social ha sido dispuesta por el capitalismo para reproducir sus condiciones de existencia.

Tal afirmación es confirmada por Baudrillard Jean, cuando afirma: si el (hombre) come, si bebe, si se aloja, si se reproduce, es que el sistema necesita que se reproduzca para reproducirse: necesita hombres. Si pudiera funcionar con esclavos, no existirían trabajadores libres. Si pudiera funcionar con esclavos mecánicos, asexuados, no existiría reproducción sexual” (Baudrillard, Jean. citados por Aldo Pérez (2003). Plantea que es claro, que la forma social determina la división del tiempo social y el tipo de actividades y prácticas que se deben

desplegar en cada espacio del tiempo, por tanto, no existe un tiempo libre, - entendiendo la libertad como la reunificación del tiempo social, donde todo el tiempo sería libre – lo único que existe es una división del tiempo social para desplegar el conjunto de prácticas necesarias en la producción - reproducción de la sociedad.

En ese sentido, el tiempo “libre” sólo es aquel espacio del tiempo social que queda libre de las obligaciones estrictamente laborales o de producción de valor, en el cual se despliegan el conjunto de prácticas de producción - reproducción de la fuerza humana de trabajo, es un tiempo libre de la producción de mercancías.

De igual forma citado en el CD de universalización es analizado por Fernando Viviescas, cuando dice: “El hecho de que el conjunto de actividades llamadas recreativas se realiza por excelencia en un tiempo distinto al tiempo dedicado (directa o indirectamente) a la producción, crea la ilusión de un tiempo libre” Pero, continúa diciendo: “...no existe un tiempo libre: lo que existe es un tiempo asignado (obligado) para comer, para dormir, para reproducirse generacionalmente y obviamente también hay un tiempo para recrearse, es decir la utilización del tiempo en cuanto tal es obligada...’

Tales aseveraciones nos percatan sobre el carácter ideológico del tiempo libre, el cual, por no estar ubicado en la esfera de la producción de valor, crea la ideología de la clasificación - división de los tiempos en que tienen espacio las prácticas de producción – reproducción de la fuerza humana de trabajo, y así, el tiempo de consumo, por oposición al tiempo de la producción, aparece como tiempo libre, por no ser en apariencia productivo.

En nuestro país las investigaciones sobre el Tiempo libre surgen como una necesidad indispensable a consecuencia del proceso de desarrollo económico y social a partir del triunfo revolucionario y la consolidación alcanzada en estos años por las relaciones socialistas de producción. Estas transformaciones se manifiestan en todos los aspectos del modo de vida y provocan cambios sustanciales en los hábitos, en la cultura y la ideología de las masas y por tanto en las necesidades espirituales y materiales de las mismas.

En las condiciones del socialismo en Cuba, la recreación y el tiempo libre constituyen un problema práctico concreto, tanto por las implicaciones económicas que puedan tener por su participación en la elevación del nivel cultural, como en la elevación de la productividad en el trabajo de los individuos que practican, todo lo cual implica que este enlace posee una connotación política e ideológica.

Las investigaciones en las esferas del tiempo libre y la recreación, además de las tendencias teóricas y cognoscitivas, adoptan connotaciones de índole práctica y ejecutiva y sobre todo se realizan partiendo del estudio de las particularidades de la demanda recreativa de las poblaciones, llevándose a cabo dentro de los aspectos económicos, biológicos, sociológicos y psicológicos.

En efecto, el tiempo libre es un concepto en el cual se reflejan distintos aspectos de las relaciones económicas, al margen de los procesos de producción, en combinación con los parámetros del tiempo de la actividad vital de los hombres, caracteriza las condiciones de vida de la población, la reproducción de la capacidad física e intelectual, el grado de desarrollo multilateral de las personas, la actividad social y la orientación política. Este constituye una necesidad para el individuo y en cierta medida, de su empleo racional y útil, dependerá el papel que desempeñe el hombre dentro de la sociedad en que se desarrolla.

Una manera eficiente para emplear el tiempo libre resulta la práctica de actividades físico-recreativas, las que a su vez contribuyen al buen desarrollo físico y espiritual de aquellos que las practican.

Al hablar de tiempo libre es preciso destacar la vinculación directa de este fenómeno con la producción social y por tanto su naturaleza económica y sociológica, la cual una vez evidenciada permite el estudio del mismo sobre bases rigurosas.

Para el autor, el tiempo libre es aquel momento en el que el individuo realiza actividades de libre elección, según sus intereses y necesidades. Donde se desarrolla física, social y políticamente.

1.2.1 Sobre el ocio.

Las tendencias mundiales actuales apuestan por menos trabajo y más ocio, concepto igualmente de los más discutidos y arbitrariamente definidos, que permite afirmar que existen tantas definiciones como autores se han referido a ello, así planteamos lo señalado por Hernández Mendo (2000), citado por Osorio E.(2001) en su artículo acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural, en una aproximación al concepto de ocio y desde una concepción economista señala, ..."el ocio es considerado como un bien de consumo de primera necesidad, considerando al mismo como medida de tiempo y que equivale en realidad al tiempo libre".

El término ocio es una categoría que entra en relación directa con el tiempo “libre”, ya que es tratada como el extracto del tiempo “realmente libre” en el cual, supuestamente, los individuos desarrollan actividades que no estarían relacionadas, ni directa ni indirectamente, con las labores productivas: tiempo del cual el individuo dispondría con entera libertad.

Para algunos renombrados analistas, el ocio es tratado como “un conjunto de ocupaciones a los que el individuo puede entregarse de manera completamente voluntaria tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales, para descansar, para divertirse, para desarrollar su información o su formación desinteresada o para participar voluntariamente en la vida social de su comunidad”

Betsy y Stephen (1987), citado en el CD de la universalización consideran tres elementos del ocio:

1. El tiempo libre (ocio como tiempo)
2. El tipo de actividad (ocio como actividad; se estudian los distintos tipos de actividades)
3. La experiencia vivida (ocio como experiencia).

Desde este punto de vista, el ocio se conforma como una actitud, un comportamiento, algo que tiene lugar durante el tiempo libre y que no importa tanto lo que se haga sino el cómo se haga; el ocio, independientemente de la actividad concreta de que se trate, es una forma de utilizar el tiempo libre mediante una ocupación libremente elegida y realizada, cuyo mismo desarrollo resulta satisfactorio o placentero para el individuo.

Es importante subrayar que con los desarrollos del modo de producción y de sus dispositivos de dominación, cada vez, este ejerce un aciago control sobre la programación de las prácticas y actividades desplegadas en el tiempo de ocio, programación y distribución que se hace de forma excluyente a cada clase social, y no solamente con el tiempo, sino también con las posibilidades de desarrollo social y las condiciones que rodean y condicionan el espacio del tiempo.

1.2.2 Actividades físico-recreativas

Se conoce como actividades físico recreativas a todas aquellas acciones de carácter físico, deportivo o turístico a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre para

el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual. Las actividades físico-recreativas constituyen acciones de socialización que tienden a crear vínculos entre los participantes, produciéndose un proceso de identificación entre si y a la vez con el entorno, contribuyendo también el mejor disfrute y conocimiento de la oferta, recreativa y en consecuencia, aumentando el nivel, de la satisfacción de las expectativas individuales y la integración social. Cuando programemos actividades físico-recreativas, tenemos que tener presente los aspectos que permitan sostener este enfoque, ya que la función principal de cualquiera de estas actividades es lograr junto a la más elevada y plena participación, la elevada y plena satisfacción.

En nuestra investigación nos referiremos fundamentalmente a las actividades físico-recreativas a través de juegos predeportivos, los cuales revisten gran importancia en la sociedad cubana actual. Se conoce como actividades físico recreativas a todas aquellas acciones de carácter físico, deportivo o turístico que el hombre pone en práctica voluntariamente en su tiempo libre para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual. Estas se caracterizan por realizarse libre y espontáneamente, con libertad para su elección, con un clima y una actitud donde predomine la alegría y el entusiasmo. Permiten el aprendizaje de habilidades, teniendo como objetivo principal la satisfacción de necesidades de movimiento del hombre para lograr como resultado final, salud y alegría.

La participación de los vecinos en la realización de las actividades, convirtiéndose en protagonistas conjuntamente con las instituciones y organizaciones, crea excelentes condiciones para un uso educativo y creativo del tiempo libre, a la vez que incide de manera particular en el mejoramiento de la calidad de vida de estos.

Lo positivo de estas es que las personas y el gobierno se dieron cuenta de que el ejercicio físico controlado es bueno para la salud. Por eso la Educación Física se convirtió en una asignatura en las escuelas y los seres humanos decidieron que sería una magnífica idea dedicar parte de su tiempo libre a realizar actividades físico recreativas y a la práctica del deporte.

La búsqueda de una propuesta de juegos predeportivos para la ocupación del tiempo libre, nos obliga a referirnos a términos que veremos a continuación.

Siguiendo las orientaciones de Dumazedier (24), podemos presentar una primera aproximación al concepto que nos ocupa, definiendo: las prácticas físicas del tiempo libre como aquellas actividades físicas que pueden desarrollarse durante el tiempo libre con diversas finalidades (recreativas, lúdicas, educativas, compensatorias, deportivo-

competitivas...) sin importar cualquiera que sea el espacio donde se desarrollan, el número de participantes, el objetivo o la entidad organizadora, además el mismo autor plantea la diferencia entre práctica y espectáculo, distinguiendo como prácticas las realizadas por amateurs (propias del tiempo libre), por profesionales (profesores, entrenadores...- trabajo) y por alumnos (educación). Las prácticas realizadas por amateurs pueden ser organizadas o no y las organizadas pueden ser o no con competiciones.

Como dice Cagigal (1971) (8): “Baste el recuerdo de la nota esencial, especificadora de la función de divertir, recrear, que ha de tener el ocio: es el disfrute producido por un cambio de actividad, por una percepción estética, o emocional, o pasional. El deporte, actividad física - recreativa, constituye un importante agarradero como salida de todo tipo de trabajos, ocupación mental sedentariamente desarrollada. Como posible disfrute emocional o pasional, encuentran en su carácter competitivo, al que ya hemos aludido, una gran posibilidad de realización”.

A partir de la creación del INDER en 1961 y la estructuración del Departamento de Recreación, que entre sus tareas fundamentales posee la de dar ocupación al tiempo libre de nuestra población y satisfacer sus intereses, se han desarrollado un sinnúmero de programas y actividades recreativas. En gran medida la creación de los consejos populares ha posibilitado desde el primer momento, que dicha actividad tenga un carácter organizado

Refiriéndonos a la temática específica de nuestra investigación podemos decir que la recreación, como fenómeno sociocultural de amplia envergadura en las condiciones sociales actuales tiene que ser planificada, ya debe cumplir con los objetivos de la sociedad.

En nuestro país el desarrollo institucional es consecuente con el desarrollo social actual, lo que ha permitido esta concepción de trabajo, para la que se han tenido en cuenta los objetivos del fenómeno recreativo, definido por:

- La política nacional de desarrollo
- Los organismos inherentes a esta actividad
- La realidad objetiva de cada lugar

Es por ello que el proceso de programación recreativa debe ser aplicado siguiendo una serie de etapas fundamentales y con carácter dialéctico, a las más diversas áreas de trabajo y sectores poblacionales del país, abarcando centros educacionales, empresas productivas o de servicio, áreas residenciales, comunidades rurales, centros urbanos, regiones agrícolas, y en cualquier lugar donde se pretenda contribuir a la incorporación más plena del individuo a la sociedad. La organización de los vecinos en la realización de las actividades, convirtiéndose

en protagonistas conjuntamente con instituciones y organizaciones, crea excelentes condiciones para un uso educativo y creativo del tiempo libre, a la vez que incide de manera particular en el mejoramiento de la calidad de vida de estos.

Las actividades recreativas bien dirigidas y organizadas, constituyen una actividad sana, alegre y educativa que contribuye positivamente al desarrollo psíquico-físico y social de los adolescentes, además tienen gran importancia para cualquier edad, ya que trae consigo cambios beneficiosos para el organismo, mejorando la calidad de vida.

1.3. Fundamentación biológica de los jóvenes por la práctica sistemática de ejercicios físicos

La juventud comienza con el fin de la adolescencia, esto es algo polémico pues para algunos se sitúa entre los 14-15 años, y para otros en los 17-18 años. Ella se distingue, porque se consolidan los logros del desarrollo de la personalidad alcanzados en etapas anteriores. Su organismo transita por diferentes estados fisiológicos durante la práctica sistemática del ejercicio físico, produciendo estos grandes cambios en el organismo, comenzando por las formas en que este se adapta a estos cambios y terminando en las grandes transformaciones en los órganos y sistemas de órganos como nos refleja el siguiente resumen.

La adaptación urgente o aguda provoca los siguientes cambios en el organismo:

1. Aumento de la frecuencia cardíaca, gasto cardíaco, irrigación sanguínea, volumen sistólico.
2. Aumento de la ventilación pulmonar, frecuencia respiratoria.
3. Aumento del consumo de oxígeno.
4. Aumento de las funciones excretoras (sudoración).
5. Aumento de la excitabilidad y labilidad del S.N.

La adaptación crónica o aplazada provoca los siguientes cambios en el organismo.

1. Hipertrofia cardíaca. De que trae consigo la disminución de la frecuencia cardíaca.
2. Hipertrofia muscular.
3. Aumento de la hemoglobina.
4. Aumento de eritrocitos, leucocitos, trombocitos etc.
5. Aumento de la proteína osteína y sales de calcio.

Cambios específicos en los órganos y sistemas de órganos.

Músculos

- 1.-Aumento de la masa muscular (hipertrofia muscular) lo cual se debe al incremento de las proteínas contráctiles, en especial la miosina.
- 2.-Incremento de la capacidad de los músculos para movilizar la energía y transformarla en energía mecánica.
- 3.-Se multiplican las reservas energéticas, principalmente las cantidades de glucógeno.
- 4.-Incrementan además las contracciones de CrP, Cr, fosfolípidos, etc.
- 5.-Se forma menos NH_3 , siendo ello el resultado de una mayor resistencia del ácido adenílico a los procesos de desanimación.
- 6.-Mientras mas entrenado este el organismo que practica el ejercicio físico, el trabajo que realiza es mas económico, cual trae aparejado una menor producción de ácido láctico.
- 7.-El entrenamiento sistemático incrementa el contenido de hemoglobina en los músculos (capta O_2) lo que posibilita trabajar con mayor tiempo en condiciones de insuficiencia de O_2 .
- 8.-Los músculos se comportan con menor posibilidad a la acción inhibidora de la fatiga.

Sangre

1. Aumento de los eritrocitos y por consiguiente la cantidad de hemoglobina.
2. Aumento del contenido de leucocitos y trombocitos.
3. Aumento de las reservas alcalinas y por consiguiente de las cualidades Buffers, lo que da la posibilidad (a pesar del aumento de los productos ácidos) de mantener menores variaciones del ph.

Orina

1. Las cargas físicas influyen en la cantidad de orina eliminada. Ante cargas intensas y de corta duración la diuresis aumenta. Ante cargas prolongadas o moderadas disminuye. Se puede hablar del papel de la sudoración.
 2. La disminución de la diuresis provoca un aumento de la densidad de la orina.
 3. Aumenta la cantidad de fósforo en la orina.
 4. Se gasta grandes cantidades de compuestos macro energéticos.
 5. Después de un esfuerzo intenso se observa un aumento de la eliminación de creatina.
- Orientar resumen sobre los cambios en la orina para el estudio independiente.

Hígado

1. Aumento de las concentraciones de glucógeno y ácido ascórbico.
2. El organismo adquiere grandes reservas de fuentes energéticas

Tejido óseo

1. Se fortalece el sistema óseo, sobre todo en la práctica de ejercicios de fuerza.
2. Se desarrolla la hipertrofia ósea, producto del incremento de la proteína oseína y las sales de calcio

1.4. Los juegos y su clasificación.

A través de diversos períodos históricos, muchos autores de diferentes países, observando el juego infantil han tratado de esclarecer el origen de esta interesante actividad, no obstante, aún existen algunos puntos de vista en análisis y discusión. Pero todos coinciden en plantear que en todas partes del mundo, donde han aparecido sociedades humanas, han existido los juegos.

Sobre el origen del juego surge entonces una interrogante relacionada con la primacía del trabajo y el juego. Analizando el comportamiento de los animales, podemos afirmar que mediante el mismo se ponen de manifiesto elementos de juego que responden a factores en la escala de los mamíferos. Entre los tipos de mamíferos existentes los que en mayor grado atraen nuestra atención son: los monos y los simios antropoides (chimpancés, orangutanes y gorilas), por la sencilla razón de parecerse en muchos aspectos al hombre. Al analizar los esqueletos de estos animales y el del hombre, llegaron a la conclusión que “Los antepasados del hombre fueron animales parecidos a los Simios”.

El hombre primitivo tuvo por necesidad que participar en actividades físicas rudimentarias de carácter natural, a fin de asegurar su existencia, casi indefenso ante la naturaleza, caza, pesca y lucha constantemente frente al medio donde vivía. Estas actividades rudimentarias que realizaban, asociadas con el trabajo y la propia vida, derivan un proceso evolutivo que en cierto momento presenta rasgo de organización, con algún contenido más o menos consciente y metódico, lo que permitió asegurar que los juegos son tan antiguos como el hombre mismo, permitiendo que se establezca una estrecha relación entre el juego y las actividades laborales del hombre.

Algunos técnicos burgueses analizan el juego simplemente como un fenómeno biológico, comparando las actividades del hombre con elementos de juegos que se observan en la vida de los animales, fundamentalmente en los mamíferos, teniendo en cuenta que los animales realizan sus acciones sin una intención premeditada y que sus juegos responden solo a factores biológicos, aspectos estos que hacen que se diferencien de los seres humanos, ya que los juegos responden a cada sociedad humana y agrupaciones etnológicas. Es decir que

para hablar del origen de los juegos debemos tener presente ambos factores, los biológicos y los sociales.

Fue el destacado filósofo marxista Plejanov citado en el CD de la universalización quien establece el carácter social del juego refutando las teorías burguesas de que los juegos se realizan por instintos biológicos. Expone la concepción materialista del origen y de la esencia del juego en sus trabajos sobre el arte, donde señala, el trabajo y la vida cotidiana.

Los profundos estudios sobre los hechos históricos, le permiten llegar a la conclusión de que “el juego es el hijo del trabajo”. El juego surgió históricamente como una necesidad del trabajo, lo que significa que el hombre en su desarrollo antes de haber jugado tuvo necesidad de trabajar para poder subsistir. Los juegos, el canto y el baile inicialmente, acompañaban al trabajo, separándose posteriormente para convertirse en una actividad independiente, sin embargo, el contenido y variedad de los juegos se determina siempre por las condiciones sociales, el carácter del trabajo, cambiando el mismo, de acuerdo a las condiciones históricas de la vida del hombre.

El problema del origen del juego se complica al analizar otros elementos. De todos es conocido que el niño antes de trabajar juega, en ocasiones, imitando los instrumentos de trabajo. Lo que para el hombre es una actividad cotidiana, para el niño es una actividad de juego, preparándolo para el trabajo que había de realizar normalmente, cuando se convierte en adulto.

El juego es producto de la actividad, en la que el hombre transforma la realidad y modifica el mundo. El carácter del juego, en el hombre estriba en la actitud de transformar la realidad reproduciéndola.

Una de las teorías más antiguas y quizá la de menos crédito, es la que considera el juego como una distracción, es decir como elemento de recreo, de restitución de esfuerzos perdidos, mediante una actividad compensatoria, en este caso el juego.

En principio, vemos como se trata de una explicación causal del fenómeno, puesto que busca el por qué de la actividad lúdica.

La teoría, desde el punto de vista del juego infantil es totalmente inaceptada; ya que el niño; e incluso el animal joven juega sin estar cansado ni ocupado y consecuentemente no tiene que descansar ni distraerse, pues no existe ninguna actividad anterior que lo provoque.

Quizás esta teoría con un enfoque “adulto” del juego es más aceptada.

El juego en el adulto sí es actividad recreativa, donde al poner en marcha determinadas fuerzas físicas o intelectuales que aparecen en su trabajo, explica que el adulto descansa de

una actividad intelectual mediante ejercicios físicos. El juego en este caso es actividad secundaria compensativa de la fundamental que es el trabajo, lo que se explicará a partir de diferentes teorías y clasificaciones citadas en el CD de la universalización.

Teoría de energía superflua (H: Spencer).

Una de las teorías más propagadas durante todo el siglo XIX es la que considera el juego como válvula de escape de la energía superflua acumulada en los seres vivos.

Vemos claramente como se distingue entre “trabajo como actividad con un fin exterior concreto” como actividad superflua sin un fin deliberado.

H. Spencer dio forma sistemática y científica a esta idea solamente. “El exceso de fuerza nerviosa se traduce en una actividad superflua. En el animal inferior evolutivamente, se dan únicamente actividades dirigidas a conseguir cubrir sus necesidades de subsistema más elemental. En los animales debido a la gran variedad de facultades desarrolladas no emplea todo su tiempo en satisfacer necesidades inmediatas.

Gracias a una nutrición mayor detienen su exceso de energía. Esta sobrecarga de energía no utilizada para satisfacer las necesidades inmediatas, da nacimiento al juego en todas sus formas. En definitiva Spencer ve en el juego una simulación, una parodia de la vida, “Señala” en la que se emplea la energía sobrante.

Teoría catártica

Fue formulada por el psicólogo Harvey A. Can en 1902, el cual asigna al juego una función purgativa, puramente catártica. El autor afirma que en el hombre se dan una serie de tendencias que en el ambiente socio cultural actual son negativos. Es decir claramente “antisociales”. Esta teoría, aunque importante, aporta también una visión parcial del fenómeno del juego contribuyéndolo meramente en una especie de válvula de seguridad de las tendencias antisociales del ser humano, por otro lado no justifica los juegos recreativos

Teoría del ejercicio preparatorio

Esta teoría fue expuesta por el psicólogo alemán Karl Gross en su obra “El juego de los animales (1896), “El juego en el hombre” (1899).

Según pudimos apreciar una de las principales ideas de Spencer expuesta en su teoría antes analizada es la de ver el juego como una post – vinculación de los actos adultos. Karl Groos basándose en esta teoría enfoca el fenómeno desde un punto de vista biológico, terreno muy olvidado por los psicólogos hasta aquel momento.

En contraposición de Spencer, Gross opina que el juego es una pre imitación, fruto de tendencia instintivas que hace que al niño a través de su actividad jugada, vaya ensayándolo y desarrollando capacidades que le permitan estar preparado para la actividad propia de los adultos, esta teoría la hace extensiva al juego de los animales: Por tanto los juegos son pre ejercicios como opina Spencer, su objeto es preparar al ser viviente que lo ejecuta para su existencia.

Para la comprensión de la presente teoría es necesario el estudio previo de los planteamientos básicos de Piaget en orden a la explicación de los mecanismos que regulan el acto intelectual.

Según este autor, todos los actos del pensamiento que orienta nuestra conducta obedecen a un intento de adaptación del ser al medio ambiente (conducta adaptada).

Esta adaptación se podría definir como equilibrio entre los procesos de asimilación y acomodación. Asimilación: Proceso por el cual se somete la realidad (mundo exterior)

Acomodación: Proceso por el cual el YO se somete a la realidad aceptándola.

Después de haber analizado las diferentes teorías podemos valorar que existen aspectos importantes que condicionan los juegos:

Del juego como un medio de preparación para la vida futura.

Del juego como medio para el desarrollo físico.

Del juego como medio para reflejar la cultura de generaciones pasadas.

Del juego como un reflejo de las acciones laborales.

Carácter Social:

Los juegos responden a cada sociedad humana, a las diferentes agrupaciones que han ido apareciendo a lo largo de los años, por lo que se debe tener presente el doble carácter biológico y social, que determina la ejecución de una amplia gama de juegos.

Los mismos tienen un valor extraordinario en la formación de la personalidad, de convicciones morales, etc., son cualidades que contribuyen a dotar al individuo de lo necesario para su mejor desenvolvimiento dentro de la sociedad, a través del juego se adquiere el concepto de conciencia social.

Los juegos no son acciones instructivas por su forma y contenido, sino un reflejo consciente del medio ambiente que lo rodea y de las relaciones sociales, Kruskaia denomina a los juegos como "Escuela de Educación Social". Esto nos hace afirmar que entre los juegos existen aspectos comunes, aunque también existen diferencias. Para el niño el juego es una actividad consciente y con cierta responsabilidad, ya que el niño asemeja al trabajo, sin embargo, tanto

la actitud que adopta, como la selección que haga sería espontánea, debe agregar además, que con la aplicación del juego no se persiguen fines productivos, esto lo diferencia del trabajo.

Makarenko, valoraba los juegos al considerarlo como medio importante para la preparación de los adolescentes para la vida en la sociedad, plantea la necesidad de la dirección del juego por parte del adulto, por cuanto es necesario dirigir el juego de modo que en el niño se formen cualidades de un futuro trabajador y un futuro ciudadano.

En general podemos considerar a Plejanov como fundador de una verdadera teoría de los juegos, ya que pudo realizar un análisis más profundo, basando sus estudios desde dos puntos de vista (histórico social y desarrollo biológico):

Desde el punto de vista histórico (el trabajo precede al juego).

Desde el punto de vista del desarrollo biológico actual (el juego precede al trabajo).

Plejanov llegó a la conclusión de que el juego es hijo del trabajo, planteó que el hombre antes de jugar ha trabajado y que los juegos existentes reflejan las actividades laborales humanas. Existen varios factores que han influenciado en el carácter social de los juegos:

Donde aparecen sociedades humanas surge el juego como una necesidad del hombre. Dependiendo estas

De la edad de los participantes y el ambiente social del grupo que lo ejecutan

Del nivel cultural producto a la actividad laboral que desarrollaban.

De las relaciones productivas que existen en esa sociedad.

De los juegos se asemejaban a las actividades que realiza el hombre, de tipos laborales, guerreras o de arte.

De aquí la complejidad para establecer un concepto de juego.

El autor Asume el criterio de Plejanov y planteando que: Los juegos son de un fenómeno social y cultural y su importancia está dada por el aporte que brinda en el desarrollo de capacidades, habilidades en los niños, adolescentes y de una utilidad practica en los jóvenes y adultos los que se recrean a través de los mismos aprovechando su valor educativo valor educativo.

Clasificación de los juegos según Bryant J. Cratty:

B. J. Cratty en sus respectivas obras (1974, 1979 y 1982) centra su análisis de los juegos en la importancia del comportamiento humano regulado a través de la actividad lúdica.

Así el autor clasifica los juegos en torno a los siguientes apartados:

Juegos de memorización

Juegos de categorización

Juegos de comunicación del lenguaje

Juegos de evaluación

Juegos de resolución de problemas

Después de valorar las diferentes clasificaciones existentes y ajustándonos al perfil amplio de nuestros egresados, se asume el criterio dado por Watson H. y colectivo de profesores:

Por la forma de participar: Individuales o Colectivos, respondiendo a como se obtiene el triunfo, si es de un solo participante ejemplo: “Los agarrados” o de un equipo, ejemplo: “Relevo de Banderitas” o “Baloncesto”.

Por la ubicación: Interiores: Área techada, ejemplo (gimnasios, salas polivalentes, etc) o Exteriores (áreas al aire libre).

Por la intensidad del movimiento: Alta, Media o Baja En este aspecto catalogamos como **alta**, aquellos juegos de larga duración, que exigen de los participantes gran preparación física, técnica y táctica y ubicamos en esa alta intensidad a los juegos deportivos.

Como intensidad **media**, a los juegos que requieren alguna preparación física y dominar algunas habilidades básicas, que pueden durar un período de tiempo no establecido o sean variables y que utilizan algunos elementos técnico-tácticos, sin grandes exigencias, esos son los predeportivos.

Como intensidad **baja**, tenemos a los juegos pequeños, que tienen poca duración, muy sencillos en su ejecución.

Por sus características: Pequeños, Predeportivos y Deportivos

Juegos Pequeños: En este grupo se encuentran todos aquellos juegos de organización sencilla, que pueden o no tener implementos, de pocas reglas que pueden modificarse, su duración y participación no están sometidas a estipulaciones oficiales, no requieren de terrenos específicos, ni de materiales especiales. Estos juegos se enseñan y ejercitan con éxito en una clase. Mediante estos juegos se desarrollan habilidades motrices como saltar, correr, lanzar, atrapar, esquivar y se desarrollan capacidades motrices como la rapidez, fuerza, agilidad, etc.

Por la actividad desarrollada: Se tiene en cuenta la actividad fundamental a desarrollar con vistas a cumplir el objetivo del juego, aunque en los juegos se pueden presentar otras actividades que contribuyen al logro del objetivo propuesto. Por ejemplo: “La Gallinita Ciega”. Es un juego sensorial por la actividad que desarrolla el sentido del oído, ese es su objetivo, pero unido a ello está la esquivar y el desplazamiento, acciones que garantizan el juego.

De acuerdo con esta concepción clasificamos los Juegos Pequeños, como:

Sensoriales: Objetivo, desarrollo de los órganos de los sentidos (auditivos, táctiles, visuales, del gusto, olfato, de orientación). Ejemplo: “Quien falta aquí”, “El Tilín”, “Qué es esto”, etc.

Motrices: objetivo, desarrollo de actividades dinámicas: Caminar, Correr, Saltar, Lanzar, Equilibrio, Coordinación, Cuadrapedia.

Dramatizados: Objetivo, desarrollo de la imaginación y la creatividad, juegos donde se ponen de manifiesto las actuaciones de personajes, animales o cosas, entre ellos están los juegos de roles,

Ejemplo: “Las Casitas”, “Fuego en el Bosque”, “Las Ardillas sin Casa”, etc.

Imitación: Objetivo, expresión corporal, en estos juegos el niño reproduce las imágenes, gestos, movimientos de una persona, animal o cosa, sin llegar a la actuación de dicho personaje

Juegos Predeportivos: Denominamos juegos predeportivos a aquellos que tienen elementos de la técnica de los deportes, así tenemos predeportivos de Fútbol, de Baloncesto, de Atletismo o de gimnasia Rítmica Deportiva entre otros. Tienen carácter competitivo y permiten conocer algunas reglas oficiales. En los juegos predeportivos, se propicia la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que servirán de base posteriormente sencillas del deporte. Algunas de las reglas pueden ser variadas, pero no se puede incumplir al objetivo previsto a la asimilación de habilidades motrices deportivas.

Como ya analizamos anteriormente pueden ser **Básicos** (para utilidad de varios deportes) o **Específicos** cuando solo sirven a un deporte y en ambos casos pueden ser simples con un solo elemento técnico, combinados con más de un elemento y complejos, cuando presentan acciones sencillas ofensivas y defensivas, sin exigencias técnicas, ni reglas oficiales.

Otras definiciones de juegos predeportivos los muestran como:

Los juegos predeportivos son aquellos que exigen destrezas y habilidades propias de los deportes (desplazamientos, lanzamientos, recepciones, etc.). Su práctica es recomendable como preparación para los niños que comienzan a practicar cualquier deporte, ya que les aporta una serie de recursos físicos y técnicos.

En este sentido, los juegos predeportivos constituyen una variante de los juegos menores, caracterizada por contenidos que propician la adquisición de determinados movimientos,

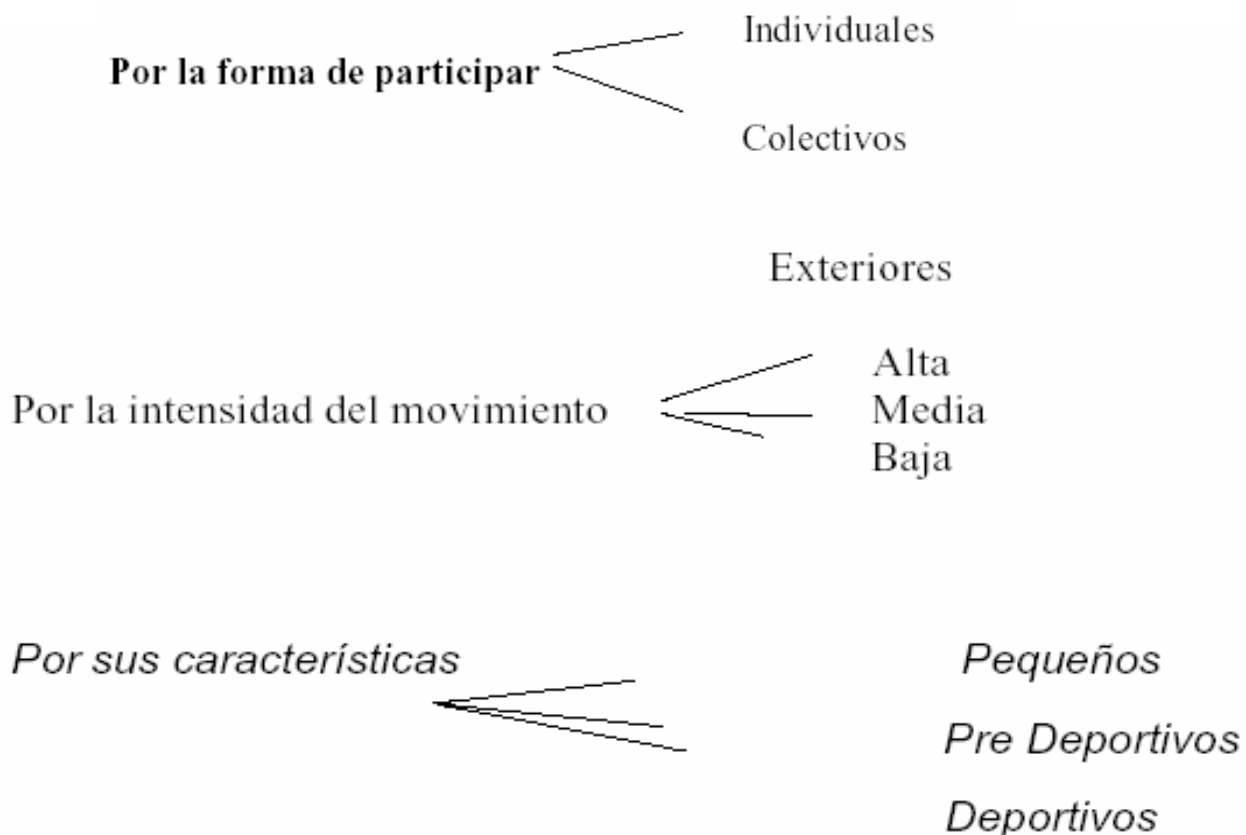
acciones y habilidades primarias que sirven de base para la asimilación de habilidades deportivas. Por lo general, los juegos predeportivos y los juegos deportivos comparten ciertas reglas.

Los entrenadores que organizan juegos predeportivos deben tener una actitud pedagógica, sin olvidar que el centro de atención es el niño y su aprendizaje. Con los juegos predeportivos, los niños se acercan a la competición y pueden percibir, analizar y tomar decisiones.

Juegos Deportivos: Son los que tienen como elemento fundamental los balones de diferentes formas, tamaños y pesos, en algunos de ellos existen otros implementos que permiten accionar ese balón. Por la actividad desarrollada son habilidades deportivas muy complejas, técnicas y tácticas ofensivas y defensivas; individuales, en grupo y en equipos. Se inicia su trabajo en la etapa escolar en 5to grado, abarcando toda la enseñanza hasta el 2do año del nivel superior.

Estos juegos aparecen también en la etapa social, como deporte de alto rendimiento, en la Educación Física para adultos y como actividad recreativa. Muchos de ellos se utilizan como actividad de incorporación social a los minusválidos, todas estas son las actividades de la Cultura Física en que se utilizan los Juegos Deportivos.

CLASIFICACIÓN DE LOS JUEGOS



Los juegos predeportivos los podemos clasificar además en:

1. Juegos con balón.
2. Juegos sin balón.
3. Juegos combinados (entre más de un deporte).
4. Juegos con tareas.
5. Juegos con reducción de las áreas de juego.
6. Juegos con reglas especiales.

Valor educativo de los juego

J. Piaget (1959) estableció una de las más elaboradas concepciones acerca del juego dentro de los marcos del desarrollo intelectual por lo que después de sus estudios es imposible valorar el desarrollo intelectual sin tener en cuenta el papel que ejerce el juego en esta transformación. Piaget destacaba que el juego orientaba al niño de lo conocido a lo desconocido, de lo incomprensible a lo comprensible para él, el juego era la expresión de un pensamiento nuevo aun débil que se fortalecería mediante acciones o vínculos del niño con el entorno.

V.A. Niedoaspasova (1972) destaca “Mediante el juego no se desarrollan operaciones intelectuales aislados, sino que de forma radical, cambia la posición del niño hacia el mundo que lo rodea y se forma un mecanismo de cambio de posición y coordinación de sus puntos de vista con otros posibles puntos de vistas, precisamente este cambio abrirá las posibilidades y vías para el paso del pensamiento a un nuevo nivel para la formación de nuevas operaciones intelectuales”.

Brunner (1972) valora igualmente el significado del juego para el desarrollo intelectual señalando que en el curso del juego pueden surgir tales combinaciones y una orientación tal en sus cualidades, que pueden conducir a una posterior utilización de lo aprendido como instrumento para la solución de una tarea.

Oscar A. Zapata (1968) refuerza nuestro criterio al afirmar. “Basta recordar que la actividad vital del niño es el juego, para comprender que bien orientados están los aprendizajes escolares por medio de juegos motores, se lograran aprendizajes significativos que permitirán desarrollar los factores cognoscitivos, afectivos y sociales”.

Zapata, destaca además lo siguiente: “Es interesante notar que la posibilidad que tiene el maestro de generar el vínculo entre el material aprendido y los conocimientos previos del alumno, se puede lograr de la forma más natural y sencilla, por medio de juegos educativos los niños obtienen el mayor número de experiencias y aprendizajes espontáneas, por el juego. Por lo que el juego resulta un instrumento operativo ideal para que el maestro realice aprendizaje significativo en sus alumnos”.

Los juegos ocupan un amplio lugar en las clases de Educación Física.

1ro. Por su gran emotividad

2do. Resultan atractivos

3ro. Enriquecen la coordinación de los movimientos

1.5. El trabajo comunitario.

La comunidad y sus rasgos fundamentales.

Con el desarrollo alcanzado por el proceso revolucionario cubano y los incesantes esfuerzos que nuestra Revolución realiza por crear una población más culta y preparada para la vida, no podemos dejar a un lado a nuestros adolescentes los cuales son el futuro de proceso, por lo que la planificación de actividades físico-recreativas para ocupar su tiempo libre dentro de la comunidad pasa a ser un factor fundamental, ya que debemos lograr que nuestros adolescentes estén el mayor tiempo posible ocupados en actividades sanas.

El concepto de comunidad ha sido tratado por innumerables autores en el cursar de los años, dentro de los cuales podemos señalar a Rappaport (1980): el cual plantea que la comunidad no es más que un grupo social de cualquier tamaño, cuyos miembros residen en una localidad específica, tienen una herencia cultural e histórica común y comparten características e intereses comunes, además podemos citar a Henry Prat(s/f): el cual plantea que es un área territorial donde se asienta la población, con un grupo considerable de contacto interpersonal y buena cohesión.

También muchos autores cubanos han investigado sobre este tema planteando que la comunidad constituye un grupo humano, donde se comparte un determinado espacio físico-ambiental o territorial específico, la cual tiene una presencia en el tiempo apoyada en un conjunto de actividades económicas, donde se desarrolla un amplio conjunto de relaciones interpersonales, se sostiene su identidad e integración sobre la base de la comunidad de necesidades, intereses, sentido de pertenencia, tradiciones culturales y memoria histórica.

El Dr. Martín González (32) define en su tesis doctoral que la comunidad puede ser un grupo de personas en permanente cooperación e interacción social, que habitan en un territorio determinado, comparten intereses y objetivos comunes, reproducen cotidianamente su vida, tienen creencias, actitudes, tradiciones, costumbres y hábitos comunes, cultura y valores, que expresan su sentido de pertenencia e identidad al lugar de residencia, poseen recursos propios, un grado determinado de organización económica, política, social, y presentan problemas y contradicciones.

Augusto Comte, 1942, citado por Arteaga (2000), (5) plantea que la reestructuración de la comunidad es una cuestión de urgencia moral. En su concepción acerca de la familia, la Iglesia, y la ciudad, aparece evidenciada su pasión por la comunidad moral en todos los niveles de la pirámide social. Rechaza con fuerza la perspectiva individualista, pues desde su enfoque, la sociedad es reductible solamente a elementos que comparten su esencia, a grupos y comunidades sociales.

Además otros reconocidos autores se han referido a este concepto, como es el caso de Salvador Giner, 1995, citado por Arteaga (2000), (5) define a las comunidades como formaciones sociales de carácter emocional, basadas en el sentimiento, en el seno de las cuales cada individuo considera al otro individuo como un fin en sí mismo, en ellas los individuos se conocen personalmente, participan mutuamente en sus vidas privadas. Los miembros de estas formaciones valoran su relación intrínsecamente, por sí mismos, por su propia valía. Así mismo **Héctor Arias (1995) (3)**: plantea que “la comunidad, es un organismo social que ocupa determinado espacio geográfico. Está influenciada por la sociedad, de la cual forma parte, y a la vez funciona como un sistema, más o menos organizado, integrado por otros sistemas de orden inferior – las familias, los individuos, los grupos, las organizaciones e instituciones – que interactúan, y con sus características e interacciones definen el carácter subjetivo, psicológico, de la comunidad, y a su vez influyen, de una manera u otra, en el carácter objetivo, material, en dependencia de su organización y su posición – activa o pasiva – respecto a las condiciones materiales donde transcurre su vida y actividad. Por lo que la comunidad constituye el entorno social más concreto de existencia, actividad y desarrollo del hombre. Existen diversidad de criterios sobre que es comunidad, algunos plantean que es un grupo social de cualquier tamaño cuyos miembros residen en una localidad específica, tienen una herencia cultural e histórica común y comparten características e interés comunes. Es un área territorial donde se asienta la población con un grupo considerable de contacto interpersonal y sienta bases de cohesión.

Violich. F en Desarrollo comunitario y proceso de urbanización. UNESCO, Ginebra 1989 establece el siguiente concepto " Grupo de personas que viven en un área específica cuyos miembros comparten tareas, intereses actividades comunes que pueden cooperar o no entre sí.

En la conferencia mundial de desarrollo comunitario desarrollada en Ginebra en 1989 se denominó como " Sentimiento de bien común, que los ciudadanos pueden llegar a alcanzar ". En sentido general se entiende como comunidad tanto al lugar donde el individuo fija su residencia como a las personas que conviven en ese lugar y a las relaciones que se establecen entre todos ellos.

Según el criterio del autor, comunidad no es más que un conjunto de personas que se relacionan bajo el respeto mutuo y se vinculan desarrollando actividades comunes dentro de la sociedad.

1.6. Fundamentación del Programa de juegos predeportivos para su organización

Un elemento de primer orden en el proceso de programación recreativa es crear una oferta recreativa movilizativa, aceptada, educativa y creativa, pero no sobre la base de la demanda irracional, de una nueva infraestructura recreativa, sino con la utilización objetiva de la existente, puesta a máxima explotación por las capacidades creadas de un personal técnico y de servicio, en condiciones de dar cumplimiento a los objetivos sociales de la recreación, en las condiciones concretas del desarrollo en nuestro país.

Pérez, A. (1997), plantea que un programa recreativo comprende muchas actividades relacionadas entre sí, pero todas dirigidas a un solo objetivo, la satisfacción de las necesidades e intereses recreativos de las personas".

Realizando una reflexión acerca del concepto dado por varios investigadores, incluyendo la reflexión al respecto dada **(Pérez, A. 2003)** acerca de lo que es Programación de recreación , se puede asumir entonces que el programa de actividades físico-recreativas será el resultado de un grupo de actividades para los individuos objeto de estudio donde se tiene en cuenta los gustos y preferencias de los mismos en el espacio y tiempo preferido, para dar respuesta a las necesidades de estos, con un fin determinado lo cual se aprecia en el contexto de esta investigación, de manera controlada, para dar cumplimiento a los objetivos trazados y, encaminado a lograr el desarrollo de valores en estos jóvenes.

Cervantes, (1992) es “un proceso crítico referido a acciones pasadas, con la finalidad de constatar en términos de aprobación o desaprobación, los progresos alcanzados en el programa propuesto y hacer en consecuencia las modificaciones necesarias respecto a las actividades futuras”.

La finalidad de los programas de recreación en las comunidades:

- Crear hábitos de sano esparcimiento.
- Mejorar condiciones físicas, sociales y mentales.
- Desarrollar el sentido de solidaridad, colaboración y trabajo en equipo.
- Mejorar la productividad.
- Mejorar la calidad de vida personal y empresarial.
- Imagen empresarial.
- Ser un medio para el logro de propósitos determinados.

Considerando estos elementos se asumen los criterios de **(Pérez, A 2003)** en cuanto a Programación recreativa donde expresa, que este debe contener los siguientes cinco enfoques, siendo equilibrado e integral, no debiéndose emplear un solo enfoque, sino la combinación de ellos:

- Enfoque Tradicional:** Se buscan en el pasado las respuestas a los problemas del presente y se trata de imitar o mantener los éxitos alcanzados en otra época. Se supone que lo realizado es correcto y se profesa una devoción ciega al pasado. Se basa en la actividad o conjunto de ellas, que se han realizado.
- Enfoque de Actualidad:** Está basado en el contexto, retomando aquellas actividades o servicios que están de moda, es decir, por imitación se adoptan las actividades novedosas.
- Enfoque de Opinión y Deseos:** Se basa en el usuario o en la población de la que, a través de encuestas o inventarios, se obtienen datos sobre las actividades recreativas que éstos deseen realizar.
- Enfoque Autoritario:** Está basado en el programador, la experiencia del especialista y sus opiniones, vertidas en un programa. El dirigente, voluntario o profesional, toma las decisiones basado en sus opiniones y experiencias personales. Esto genera un programa de actividades uniformes dentro de un marco sumamente limitado
- Enfoque Socio-Político:** Enfoque Socio-Político: Basado en la Institución, de quien se derivan líneas y normas para la formación del programa de actividades físico-recreativas este

debe contener todas las áreas de expresión, para ser considerado integral, sin embargo, y de acuerdo con los intereses de la población, habrá que seleccionar aquellas áreas y actividades que mejor sean aceptadas.

1.6.1. Clasificación del programa de juegos predeportivos

Se pueden clasificar tomando en cuenta tres criterios:

a. Según la temporalidad, pueden ser:

- _ Programa quincenal
- _ Programa anual (calendario)
- _ Programa trimestral (temporada)
- _ Programa mensual
- _ Programa semanal
- _ Programa de sesión

b. Según la edad de los participantes

- _ Programa infantil
- _ Programa juvenil
- _ Programa de adultos
- _ Programa para ancianos o tercera edad

c. Según su utilización

- _ Programa de uso único
- _ Programa de uso constante.

1.6.2-Instrumentación y aplicación del programa

Esto implica proveerlo de condiciones (espacios donde se desarrollen los programas y recursos necesarios para su ejecución, que es donde se lleva a cabo el programa). Esto se hace por medio del grupo de promotores, profesores, animadores y líderes o activistas, quienes ponen en práctica su capacidad de organización y habilidades para animar y dirigir actividades y los propios participantes.

La instrumentación exige una gran dedicación y esfuerzo por parte del grupo de recreación encargado del programa, pudiendo llegar a ser lenta, es una de las fases fundamentales para el proceso de la programación. Implica igualmente la selección de los espacios o sitios donde se desarrollaran las actividades que constituyen el contenido del programa. A continuación se presentan algunos criterios que han de tenerse en cuenta para seleccionar estos espacios:

POBLACIÓN

- Características.

- Necesidades.
- Intereses.
- Experiencias

CONTENIDO

- Medios.
- Áreas de expresión.
- Actividades.

PROGRAMA DE RECURSOS

- Humanos, técnicos y financieros.
- Lugar e instalaciones.
- Vocación.

METODOLOGÍA

- Técnicas generales.
- Técnicas específicas.

OBJETIVOS

- Generales
- Específicos

_Recursos existentes, instalaciones existentes, aquellas por adaptar, dimensión, funcionalidad.

_Principal actividad (laboral, doméstica, escolar o profesional) de la población.

Las características a tener en cuenta en el programa de actividades físico-recreativas:

EQUILIBRIO

Entre las diferentes actividades: El programa debe ofrecer en lo posible la misma cantidad de actividades en las áreas de música, deportes.

- Entre las distintas edades: Posibilita la participación de los jóvenes de diferentes edades.
- Entre los sexos: Dar la oportunidad de que participen hombres y mujeres.
- Entre las actividades formales e informales.

DIVERSIDAD

- El programa debe comprender un amplio espectro de actividades para todos los gustos y necesidades.
- Referida a la organización y la presentación de la actividad en forma distinta.
- Diversidad de niveles de acuerdo al grado de habilidades de cada participante.

VARIEDAD

- Al presentar actividades especiales que rompen la rutina y motivan la participación.
- Al complementar el programa con otras actividades.

FLEXIBILIDAD

- Para responder a las necesidades cambiantes de los participantes.
- Para adicionar actividades nuevas que respondan a demandas especiales.

Conclusiones del Capítulo I

1. Existen numerosos criterios sobre los conceptos de tiempo libre, actividades físico recreativas a través de los juegos predeportivos y de comunidad, destacándose algunos que justifican la correcta ocupación del tiempo libre de los jóvenes en actividades físicas recreativas para su formación integral.
2. Es necesario conocer las características psicológicas y los cambios físicos de los jóvenes de 20 a 25 años, tener en cuenta sus opiniones, respetar su mundo espiritual así como sus intereses y relaciones con sus coetáneos.
3. Los juegos predeportivos se pueden utilizar con diferentes finalidades, siempre que respondan a los intereses y preferencias de los jóvenes y estando encaminadas a la ocupación del tiempo libre de los mismos.

CAPÍTULO II: La comunidad como estrategia para el uso del tiempo libre en el desarrollo Integral de los jóvenes. Análisis de los resultados y propuesta del programa de juegos predeportivos.

En este segundo capítulo se realiza un análisis de las características propias de la comunidad motivo de investigación, así como una descripción detallada de los jóvenes escogidos para nuestro trabajo, también se hace una valoración de los métodos empíricos aplicados.

2.1. Características de nuestra comunidad.

Nuestro municipio se encuentra situado en la parte centro norte de la provincia, limita al norte con el mar Caribe, al sur con San Juan y Martínez, al oeste con Mantua y Guane y al este con Viñales y Pinar del Río. Cuenta con una población de 33856 habitantes, con una extensión territorial de 10348 kilómetros cuadrados.

El Consejo popular Cabeza es de tipo rural, el cual queda enclavado en el municipio Minas de Matahambre, tiene una extensión de 78.71 Km. cuadrados, con una población de 2462 habitantes. Cuenta con un total de 153 jóvenes de 20 a 25 años de ellos 71 son féminas y 82 varones, la fuente principal de empleo es la agricultura ya sea en las labores agrícolas propiamente dichas, en la Empresa de cultivos varios y Acopio o en la Escogida en el caso de la mayoría de los jóvenes.

En este Consejo popular hay 20 organismos, dentro de los cuales podemos citar los siguientes:

- Un correo.
- Una cafetería.
- Una farmacia.
- Una escogida de tabaco.
- Una Empresa de cultivos varios y Acopio
- Un Cementerio
- 4 escuelas primarias y una de enseñanza especial
- 4 consultorios.
- 6 cooperativas.
- 7 bodegas.
- 3 placitas.

Los principales problemas de este Consejo popular están relacionados con la vivienda y las vías de comunicación.

Existen 32 CDR, 6 zonas y 6 bloques de la FMC. Además se cuenta con 5 núcleos de PCC zonales.

➤ Levantamiento de la fuerza técnica

Profesores de Recreación: 3

Profesores de Cultura Física: 4

Activistas de Recreación: 8

Profesores de Educación Física: 7

➤ Levantamiento de aéreas e instalaciones.

Áreas de dominó: 3

Áreas de Damas: 3

Áreas de ajedrez: 1

Estadio rústico de Béisbol: 1

Áreas de Mini Baloncesto en aro: 3

Terreno de Fútbol: 1

Áreas de Voleibol: 3

2.2. Características del grupo de Jóvenes, motivo de nuestro trabajo.

Todas estas actividades tienen el fin de lograr la unidad de criterio respecto a la amistad,

La muestra para la realización de este trabajo es de 51 jóvenes, los cuales oscilan entre las edades de 20 a 25 años donde predomina la raza blanca, su desarrollo físico está en correspondencia con la edad, así como su estado de salud y su higiene personal.

Los lugares donde se realizarán las actividades son áreas rústicas creadas para ese efecto.

El grupo social fue formado con 51 jóvenes escogidos al azar entre toda la población. Se les hizo referencia a los diferentes juegos predeportivos que se realizarán, se escucharon y valoraron sus criterios en los reajustes que deben hacer para que se organice mentalmente la distribución del tiempo libre y su estrategia para el cumplimiento de cada tarea.

Con los datos obtenidos se pudieron planificar actividades sencillas, de fácil comprensión hasta para los jóvenes de mayor problema de asimilación y bajos resultados académicos. En fin, aprenderán qué deben hacer, cómo lograr actuar según la actividad que van a realizar, el nivel óptimo de excitación, el control de su conducta y su equilibrio emocional, la correcta utilización de su energía positiva, la concentración de la atención en determinadas actividades. Con estas actividades los jóvenes aprenden a sacrificarse para obtener resultados satisfactorios, a este grupo se les hizo saber la importancia que tienen los juegos predeportivos en la correcta ocupación del tiempo libre, además se realizaron varias actividades con intervención de los mayores, para motivar al grupo y mejorar la cohesión y la

compatibilidad, logrando que las diferentes instituciones interactúen organizadamente con estos grupos de forma tal que ocurran transformaciones en el resto de los jóvenes del consejo popular.

2.3. Análisis de los resultados

En el siguiente epígrafe refleja el análisis de los resultados de los métodos empíricos que se utilizaron en nuestra investigación los cuales nos permitieron conocer el origen de nuestra problemática y de esta forma conocer dónde existen las principales dificultades, como punto de partida de nuestro trabajo. También nos permitió obtener conocimientos basados en la experiencia y criterios de los especialistas en recreación.

2.3.1. Resultados de la Observación.

Resumen de las Observaciones efectuadas inicial.

Actividades Observadas	Aspectos Observados	Parámetros Evaluativos					
		B	%	R	%	M	%
10 actividades Planes de la calle. 2 Torneos deportivos populares. 2 Festivales deportivos recreativos.4 Noches campesinas.2	a- Condiciones del lugar.	6	60	3	30	1	10
	b- Participación	-	-	1	10	9	90
	c- Calidad	-	-	2	20	8	80
	d- Aceptación	-	-	1	10	9	90

En la observación inicial se observaron 10 actividades distribuidas de la siguiente forma 2 planes de la calle, 2 torneos deportivos populares, 4 festivales deportivos recreativos y 2 noches campesinas en ellas se evaluaron cuatro aspectos el primer aspecto relacionado con las condiciones del lugar 6 fueron evaluadas de bien para el 60%, 3 de regular para el 30% y 1 de mal que representa el 50%. El segundo aspecto que evalúa la participación en las actividades 1 es evaluada de regular para el 10% y 9 se evalúan de mal para el 90%. El tercer aspecto evalúa la calidad de las actividades desarrolladas 2 son evaluadas de regular para el 20% y 8 de mal para el 20% y el último aspecto evalúa la aceptación de las actividades desarrolladas 1 es evaluada de regular para el 10% y 9 de mal para el 90%, por lo

que los resultados de la observación inicial es evaluada de forma negativa pues la mayoría de los indicadores son evaluados de mal y en un solo indicador es evaluado de bien que es la idoneidad de las áreas.

2.3.2. Resultados de la Encuesta.

El análisis de la encuesta inicial (Anexo # 3) aplicada a los jóvenes relevó los resultados siguientes:

En la primera pregunta la cual corresponde con el conocimiento de las actividades recreativas que se planifican en el consejo popular 41 de los 51 encuestados plantean que no conocen de dicha planificación lo que representa el 80% de los encuestados.

La segunda pregunta que trataba sobre la participación de ellos en las actividades que se planificaban arrojó los siguientes resultados: 5 jóvenes manifestaron que participaban en las Noches campesinas lo que representa el 9.8 %; en los planes de la calle 11 jóvenes manifestaron participar lo que representa el 21.5%; en los torneos deportivos populares 24 jóvenes participaban lo que representa el 47%; en los festivales deportivos recreativos 26 jóvenes participaban lo que representa el 51%. Después de procesar estos datos comprobamos que las actividades de más aceptación son las deportivas, entre ellas los festivales deportivos y recreativos con el 51% y los torneos deportivos populares con el 47%.

La pregunta tres que indagaba sobre la frecuencia de participación en las actividades arrojó los siguientes resultados: solo 6 de los encuestados plantearon que participaban semanalmente lo que representa el 11.7 %; 9 jóvenes plantearon que participaban en estas actividades mensualmente lo que representa el 17.6 % y 36 jóvenes plantearon que participaban ocasionalmente lo que representa el 70.5 %.

La pregunta cuatro referente a la satisfacción por las actividades que se realizaban arrojó los siguientes resultados: 6 jóvenes plantearon estar satisfechos lo que representa el 11.7 %, al referirse al por qué no estaban satisfechos la mayoría coincidió en no conocer el programa de actividades a desarrollarse y que las actividades no siempre cumplían con sus necesidades.

En cuanto a la pregunta cinco referente a la consideración de la evaluación del Consejo popular en cuanto a la recreación solo 6 la evaluaron de Bien lo que representa el 11.7 %, 27 lo evaluaron de regular lo que representa el 52.9 % y 7 lo evaluaron de mal lo que representa el 13.7 % y 11 no le dan evaluación (21.5%).

La pregunta seis referente a las actividades que preferían todos coincidieron en que las actividades con componentes de juegos deportivos o predeportivos eran las de su agrado ya

que estas les permitían canalizar todas las energías acumuladas durante el día y además les proporcionaban placer y bienestar.

2.3.3. Resultado del auto registro de actividades para el estudio del presupuesto tiempo.

Para determinar el tiempo libre de los jóvenes del consejo popular se les aplicó el auto registro de actividades (anexo # 5) el cual arroja como resultado, en primer lugar, la distribución del tiempo que como promedio dedicaban estos jóvenes, los días entre semana en cada una de las actividades globales, Aquí destacamos el poco tiempo en cuanto a transportación (60 minutos) ya que los dos objetivos fundamentales hacia los que se desplazan los jóvenes (los centros de trabajo y las instalaciones culturales, sociales y deportivas) les quedan relativamente cerca de sus hogares, y no dependen de ningún medio de transporte. El tiempo dedicado a las actividades de compromiso social, es de 80 minutos lo que es comprensible en estas edades, pues aún no se han contraído compromisos o responsabilidades importantes con la sociedad. Todo esto da posibilidad de que exista un elevado volumen de tiempo libre, como promedio que resulta ser de 4 horas, 50 minutos.

Distribución del presupuesto de tiempo (días entre semana) de la muestra estudiada. (Según resultados del auto registro de actividades).

Valorando las actividades que los jóvenes realizan como promedio en esas 4 horas y 50 minutos de tiempo libre, se observa un buen número de ellas, sin embargo, en casi su totalidad constituyen actividades de realización individual perteneciendo, con la excepción de practicar deportes, al grupo de actividades pasivas.

Como se expresa en la tabla que se muestra en la fundamentación del trabajo las principales actividades realizadas en tiempo libre según los resultados del auto registro a los Jóvenes del Consejo popular, invierten mayor tiempo libre en otras actividades con 2.26 minutos (aquí es donde están ubicadas las actividades ilícitas) y la de menor tiempo es ir a fiestas con solo 20 minutos.

2.3.4. Análisis de la aplicación de las técnicas de Intervención comunitaria.

El Forum comunitario: Se realizó una asamblea abierta con todos los miembros de la comunidad que deseaban participar sin distinguir sexo ni edad, en esta reunión se realizó un debate sobre las necesidades de la práctica o realización de las actividades recreativas en el consejo popular sobre todo con la muestra investigada (los jóvenes de 20 a 25 años).El

objetivo de esta asamblea se cumplió porque se logró sensibilizar a la población a través del debate abierto sobre las necesidades que tienen los jóvenes de practicar estas actividades. A través de esta se crearon grupos de trabajo que accionaron conjuntamente con los entes del consejo popular en el apoyo a la investigación y planteamientos de las actividades más asequibles y de la preferencia de los jóvenes. En la medida que se argumentó en los debates, aparecían nuevas vías y opiniones que ayudaron a la creación de las nuevas opciones, en esta técnica no se desechó ninguna valoración o exposición, sino que todas contribuyeron a la organización y al accionar de nuevos grupos de trabajo.

Otra de las técnicas participativas utilizadas en esta investigación fue la de **Informantes claves** considerándose a personas que conocen la situación de la comunidad en este aspecto, además del problema objeto de estudio, constituidos por los presidentes de los CDR que componen la estructura de las seis zonas de los CDR en el Consejo popular, así como los promotores de recreación y profesores que viven en el mismo. A estas personas se les aplicó una entrevista (anexo # 2) que nos dio los siguientes resultados:

Con relación a la primera pregunta la cual se refiere a la oferta de actividades físico-recreativas para los jóvenes de 20 a 25 años, de los 25 entrevistados 16 de los entrevistados plantearon que no se ofertaban para un 64%, 6 plantearon que en ocasiones sí, para un 24% y en 3 casos plantearon que sí para un 12%, lo que demuestra que no hay una oferta permanente de actividades en el Consejo popular.

Con respecto a la segunda pregunta que nos brindó el dato sobre la frecuencia con que se realizaban estas actividades tenemos que 2 de ellos plantearon que se realizaban de forma mensual, 4 de forma semestral y la mayoría que son 19 que representa el 76% plantearon que estas actividades se realizaban de forma ocasional.

La tercera pregunta nos permitió conocer las actividades físico-recreativas que se les ofertaban a los jóvenes. En la misma todos los entrevistados coincidieron en que la oferta estaba relacionada con algunas actividades esporádicas de juegos de pelota, fútbol y en los días festivos competencias de baile.

En la cuarta y quinta preguntas existe otra coincidencia en la respuesta ya que todos plantearon que no tenían conocimiento de la existencia en el Consejo popular de un plan de actividades físico-recreativas para jóvenes y plantearon como causa fundamental la poca divulgación de las actividades planificadas y que estas eran muy escasas.

La sexta pregunta se refería a los elementos que se tenían en cuenta a la hora de programar y ofertar las actividades físico -recreativas a este grupo etario, los entrevistados plantearon que no se tenían en cuenta los gustos y preferencias de estos para así buscar una mayor participación.

2.3.5. Resumen del Diagnóstico Inicial.

Al analizar los resultados de los instrumentos aplicados determinamos que en el consejo popular estaban presentes un grupo de problemas y condiciones que hacían necesario la aplicación del programa de juegos predeportivos propuesto como son

- Poca diversidad en las actividades programadas.
- Pobre participación de los organismos de base, para la realización de actividades.
- Falta de iluminación en las áreas deportivas.
- Fomento de cultos religiosos e iglesias.
- Índices de ingestión de bebidas alcohólicas.
- Juegos ilícitos
- Nivel profesional
- Fuerza técnica
- Existencia de áreas deportivas y áreas para la recreación
- Relaciones de trabajo con el presidente del Consejo popular y demás factores.
- Participación de los centros educacionales en las actividades.

2.4. Valoración del programa de juegos predeportivos propuesto por el criterio de especialistas

Valoración de la aceptación práctica del programa de juegos predeportivos por criterio de Especialistas. Se consultaron 5 especialistas, el sub-director de Cultura Física y Recreación, en el Combinado Deportivo número 3 de Sumidero, 2 Máster en actividad física en la comunidad, 1 profesor de recreación del Combinado Deportivo número 1 y al sub-director municipal de Cultura física y recreación, todos con una experiencia que oscila en un rango de 8 y 22 años de experiencia en el ejercicio de la actividad.

Esta consulta para la valoración crítica de la propuesta por los especialistas, se desarrolló con el fin de pronosticar el grado de significación, tanto desde el punto de vista de los contenidos que ofrece, así como de la programación de los mismos, lo que favoreció su enriquecimiento. Los aportes ofrecidos por los especialistas, referidos al tema investigado, corroboran la significación práctica del programa de juegos predeportivos propuesto para los

jóvenes de 20-25 años, permitiendo arribar a un consenso respecto al nivel de importancia de los aspectos evaluados:

Leyenda: 1 Muy adecuada 2 Bastante adecuada 3 Adecuada 4 Poco adecuada 5 No adecuada

Tabla valorativa del criterio de los especialistas					
Aspectos valorados	Valoración				
	1	2	3	4	5
Aspectos teóricos que sustenta el programa	4	1			
Utilidad práctica del programa de juegos predeportivos	5				
Viabilidad del programa de juegos predeportivos propuesto	4	1			
Aprobación de la propuesta	5				

Como se puede apreciar en la tabla el primer aspecto trata sobre los aspectos teóricos del plan en el cual 4 especialistas opinan que el mismo es muy adecuado lo que representa el 80 % de los mismo y uno opina bastante adecuada lo que representa el 20 %, el segundo aspecto trata sobre la utilidad del programa de juegos predeportivos para mejorar la ocupación del tiempo libre y los 5 opinan que es muy adecuada para el 100 %, el tercer aspecto trata sobre la viabilidad del programa de juegos predeportivos propuesto y 4 opinan que es muy adecuado lo que representa el 80 % de los mismo y uno opina bastante adecuada lo que representa el 20 % y el último aspecto trata sobre la aprobación de la propuesta donde se les dio una programación de los juegos predeportivos con 16 actividades y se escogieron 12 donde los 5 especialistas opinan son muy adecuadas para el 100% lo que reafirma la utilidad del programa de juegos predeportivos para mejorar la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20- 25 años

2.4.1. Propuesta del programa de juegos predeportivos para ocupar el tiempo libre de los jóvenes de 20 a 25 años.

TÍTULO: Recreando los jóvenes del consejo popular Cabeza

Fundamentación

Este programa se confecciona para mejorar la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20 a 25 años del consejo popular Cabeza en el municipio Minas de Matahambre, para de

esta forma lograr satisfacer las necesidades de movimiento de los mismos y disminuir los hábitos negativos de este grupo etario.

El programa de recreación a nivel nacional, provincial y el proyecto comunitario, deben tributar a la satisfacción recreativa de los habitantes de la comunidad, en correspondencia con sus gustos y preferencias para mejorar la calidad de vida de los mismos.

Los objetivos han sido formulados teniendo en cuenta las cualidades de la personalidad que se quiere consolidar en los jóvenes, desde la ocupación de su tiempo libre, reflejando sentimientos, que posibiliten el cumplimiento de las acciones que se necesitan para llevar a cabo su recreación de acuerdo a la postura recreativa que deben asumir.

La programación de la recreación diseñada para los jóvenes cumple una función cultural, histórica, ecológica, social, cognoscitiva y formativa que se manifiesta en las habilidades y valores que deben servir de base a los jóvenes en su comportamiento en la sociedad.

Principios en los que se sustenta el programa de juegos predeportivos.

La programación se sustenta en los principios de que sea **dinámica, participativa, colaborativa y dialéctica**, lo que permite que esté en constante cambio, transformación, que sea flexible y que se pueda adecuar en dependencia de cómo marche el mismo.

2.4.2. Propuesta del programa de juegos predeportivos.

El programa que a continuación presentamos está estructurado con el objetivo de crear una oferta recreativa acertada, educativa y creativa, pero no sobre la base de la demanda irracional, de una nueva infraestructura recreativa, sino con la utilización del desarrollo endógeno del Consejo popular, objetiva y existente, puesta en su máxima explotación por las capacidades creadas de un personal técnico y de servicio, en condiciones de dar cumplimiento a los objetivos sociales de la recreación, en las condiciones concretas del desarrollo en nuestro país.

Entidades y Factores Involucrados.

- Dirección municipal de deportes como máxima responsable de esta actividad.
- Núcleo zonal apoyando la actividad.
- CDR y FMC como parte de los participantes y animando las actividades.
- Cultura municipal, responsable de las actividades culturales.
- Comercio.
- Técnicos deportivos y recreativos.

- Activistas de recreación.
- Participantes activos y pasivos.
- Líderes comunitarios.

Objetivo del programa de juegos

OBJETIVO GENERAL: Aumentar el nivel de participación de los jóvenes en las actividades recreativas con un uso formativo y recreativo del tiempo libre a fin de satisfacer las necesidades recreativas y la práctica del deporte, teniendo en cuenta la aceptación de los practicantes para desarrollar dichas actividades.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Contribuir a través de la práctica de actividades físico-recreativas a ocupar el tiempo libre de los jóvenes.
2. Satisfacer las necesidades recreativas del consejo popular.
3. Lograr el apoyo y vinculación de las organizaciones políticas y de masas como instituciones que actúan directamente en la comunidad.
4. Elevar el nivel de participación masiva de los jóvenes vinculando los programas de la recreación y las actividades de la Comunidad.
5. Contribuir al fortalecimiento de los valores en los jóvenes.

Programación de juegos predeportivos.

No	Actividad	Lugar	Fecha	Mañana	Tarde	Frecuencia
1	Festivales deportivo recreativos	Áreas del Consejo popular			X	Todos los sábados
2	Competencia de béisbol "Copa 4 de Abril"	Estadio de béisbol	Del 7 de feb al 3 de abril	X	X	Fines de semana
3	Juegos de mini fútbol	Terreno de fútbol		X	X	Diario
N o	Actividad	Lugar	Fecha	Mañana	Tarde	Frecuencia
4	Juegos de voleibol	Área de voleibol.			X	Diario

5	Juegos de baloncesto	Área de baloncesto			X	Diario
6	Juegos de béisbol	Estadio de béisbol			X	Diario
7	Competencia de baloncesto 3 vs. 3	Área de baloncesto	Del 1 al 30 de enero	X	X	Fines de semanas
8	Competencia inter barrios de fútbol 8 vs. 8	Terreno de fútbol	Del 9 de abril al 21 de mayo		X	Fines de semanas
9	Competencia de voleibol de playa	Área de voleibol.	Del 28 de may al 26 de junio	X	X	Fines de semanas
10	Copa de verano de fútbol	Terreno de fútbol	Del 2 del julio al 27 de agosto		X	Días entre semana
11	Competencia de verano de voleibol	Área de voleibol	Del 2 de jul al 27 de agosto	X	X	Fines de semana
12	Competencia de verano de baloncesto 3 vs. 3	Área de baloncesto	Del 2 de jul al 27 de agosto	X	X	Fines de semana

2.4.3. Descripción de los juegos predeportivos.

1. Festivales recreativo deportivos

Objetivo: Elevar el nivel de participación masiva de los jóvenes vinculando los programas de la recreación y las actividades de la Comunidad.

Desarrollo de la actividad: La comunidad cuenta con áreas de Fútbol, Voleibol, Béisbol y un aro de Baloncesto que aunque no cuentan con las medidas oficiales están adaptadas para

estos fines por lo que el coordinador de cada deporte recogerá el listado de los equipos y las reglas serán las mismas que en las competencias oficiales de los deportes.

2. Competencia de béisbol.

Objetivo: Propiciar una mejor ocupación del tiempo libre y desarrollar las capacidades físicas.

Desarrollo de la Actividad: La comunidad cuenta con un estadio de béisbol rústico, para el desarrollo de la competencia el coordinador de la actividad recogerá los nombres de los jugadores de los equipos participantes, teniendo en cuenta el número de equipos se realizará un sorteo, los resultados se tendrán en cuenta para los próximos encuentros. Se realizarán juegos de béisbol con equipos de 9 jugadores bateando con bate de madera o aluminio en similar condición para cada equipo, se jugará a siete innings, Las demás reglas serán iguales que el reglamento oficial del Béisbol discutiendo las reglas del terreno por los árbitros y los directores de equipo antes de comenzar cada juego.

3. Competencia de Fútbol.

Objetivo: Elevar el nivel de participación masiva de los jóvenes vinculando los programas de la recreación y las actividades de la comunidad y propiciar el desarrollan las capacidades físicas.

Desarrollo de la Actividad: La instalación con que cuenta el Consejo popular para este fin no cuenta con las medidas oficiales, por lo que para el desarrollo del mismo se jugará en un terreno creado para este fin de la siguiente forma: el coordinador de la actividad recogerá los nombres de los jugadores de los equipos participantes, teniendo en cuenta el número de equipos se realizará un sorteo, los resultados se tendrán en cuenta para los próximos encuentros. Se jugará con equipos de 8 integrantes, las porterías medirán 6 metros en el larguero y 2 metros en los postes, el partido tendrá una duración de 70 minutos con dos tiempo cada uno de 35 minutos con 10 de descanso entre tiempo y tiempo, el equipo ganador acumula 3 puntos, el empate un punto para cada equipo, la discusión del campeón de la competencia se hará por eliminación simple primero vs. Cuarto y el segundo vs. Tercero, los ganadores discuten el primer lugar, los perdedores el tercero. En caso de empate se jugará dos tiempos de 10 minutos corridos con cambio de cancha, de persistir el empate, se definirá por penales una tanda de 5 cada equipo, de continuar el empate una tanda de 3, si no se define el ganador entonces se realizará un disparo por cada equipo hasta tener un ganador. Las demás reglas del juego serán las mismas del reglamento FIFA. En el caso de los juegos

diarios de Fútbol se harán las modificaciones necesarias para realizar el mismo tanto en el número de participantes por equipo que en el tamaño y distancia de las porterías, el equipo ganador será el primero que anote un gol.

4. Competencia de Voleibol.

Objetivo: Elevar el nivel de participación masiva de los jóvenes vinculando los programas de la recreación y las actividades de la comunidad, con un uso correcto del tiempo libre.

Desarrollo de la Actividad: En comunidad se construyó una cancha de Voleibol marcada en la tierra con las medidas oficiales para organizar estos juegos, por lo que el mismo se jugará de la siguiente forma: el coordinador de la actividad recogerá los nombres de los jugadores de los equipos participantes, teniendo en cuenta el número de equipos se realizará un sorteo, los resultados se tendrán en cuenta para los próximos encuentros. Los equipos estarán conformados por 6 jugadores y resultará ganador el equipo que primero gane tres sets de 15 puntos, se pueden realizar variaciones en la cantidad de puntos para ganar un set y en la cantidad de sets según la cantidad de equipos que participen. Las demás reglas serán iguales que el reglamento oficial de los deportes en cuestión. En el caso del Voleibol de playa se utilizará el mismo sistema pero con dos jugadores ajustando las medidas del terreno a las medidas oficiales y a sus reglas. El equipo ganador será el primero que gane dos sets. El equipo ganador es el que al concluir la competencia tenga mayor cantidad de juegos ganados. En el caso de los juegos diarios las reglas serán las mismas pero se jugará un set y el ganador será el equipo que lo gane.

5. Competencia de Baloncesto 3 vs. 3

Objetivo: Mejorar las relaciones interpersonales entre los jóvenes, así como poner en práctica el aprendizaje de las habilidades del deporte.

Desarrollo de la Actividad: En el Consejo popular no existe cancha oficial de Baloncesto pero se construyó una con un solo aro en la tierra sin respetar las medidas oficiales tanto de las dimensiones del terreno en la altura de colocación del aro aunque este y el tablero sí las tienen; para la realización de las competencias el coordinador de la actividad recogerá los nombres de los jugadores de los equipos participantes, teniendo en cuenta el número de equipos se realizará un sorteo, los resultados se tendrán en cuenta para los próximos encuentros. Las reglas del juego serán las mismas del deporte con las variantes en el número de jugadores 3 por cada equipo y el tiempo de juego que será de 2 tiempos de 10 minutos con 4 cuartos de 5 minutos cada uno y con 2 minutos de descanso entre cuartos y 5 entre cada tiempo, gana el equipo que más canastas anote, estas tendrán un valor de 2 puntos cada

una. En el caso de los juegos diarios estos se jugarán a tiempo corrido hasta que uno de los equipos anote 7 canastas y resultará el ganador.

Resultados Esperados.

Lograr incorporar la mayor cantidad de jóvenes a la práctica de juegos predeportivos para de esta formar mejorar la ocupación del tiempo libre de estos, lo cual favorece:

1. Alcanzar la máxima participación de los jóvenes en las actividades físico-recreativas en la comunidad.
2. Satisfacción de la mayoría de los jóvenes por el programa de juegos predeportivos.
3. Disminución de hábitos negativos por el ocupación del tiempo libre en actividades físicos-recreativas.

Forma de evaluación

Forma de evaluación: Al terminar cada una de las actividades del proyecto se realizara una reunión con los responsables de las actividades y se realizara una evaluación cuantitativa según el número de participantes y una cualitativa por la calidad de las mismas. Posteriormente se hará el resumen del día, semana, mes y final.

2.5. Resultados del grado de satisfacción del programa de juegos predeportivos

Resumen de las Observaciones efectuadas final.

Actividades Observadas	Aspectos Observados	Parámetros Evaluativos					
		B	%	R	%	M	%
10 actividades Planes de la calle. 2 Torneos deportivos populares. 2 Festivales deportivos recreativos.4 Noches campesinas.2	a- Condiciones del lugar.	6	60	3	30	1	10
	b- Participación	8	80	1	10	1	10
	c- Calidad	8	80	2	20		
	d- Aceptación	8	80	1	10	1	10

En las observaciones final se observaron 10 actividades distribuidas de la siguiente forma 2 planes de la calle, 2 torneos deportivos populares, 4 festivales deportivos recreativos y 2 noches campesinas en ellas se evaluaron cuatro aspectos el primer aspecto relacionado con

las condiciones del lugar 6 fueron evaluadas de bien para el 60%, 3 de regular para el 30% y 1 de mal que representa el 10%. El segundo aspecto que evalúa la participación en las actividades 8 fueron evaluadas de bien que representa el 80% 1 es evaluada de regular para el 10% y 1 se evalúan de mal para el 10%. El tercer aspecto evalúa la calidad de las actividades desarrolladas 8 son evaluadas de bien para el 80% y 2 son evaluadas de regular para el 20% y el último aspecto evalúa la aceptación de las actividades desarrolladas 8 son evaluadas de bien para el 80%, 1 de regular para el 10% y una de mal para el 10%, de forma general los resultados de las observaciones son evaluadas de bien ya que los indicadores de participación, calidad y aceptación incrementan las actividades evaluadas de bien en un 80% y la de idoneidad de las áreas se mantiene con los resultados del 60% alcanzado en la primera observación.

2.5.1. Análisis de la encuesta final

El análisis de la encuesta (Anexo # 3.1) aplicada a los jóvenes después de tres meses de aplicado el programa de juegos predeportivos nos relevó los resultados siguientes:

- En la primera pregunta la cual corresponde con el conocimiento de las actividades recreativas que se planifican en el Consejo popular 47 de los 51 encuestados plantean que conocen de dicha planificación lo que representa el 92 % de los encuestados.
- En cuanto a la segunda pregunta que trata sobre la participación en las actividades que se planifican arrojó los siguientes resultados: en cuanto a las noches campesinas y en los planes de la calle los resultados son los siguientes: en las noches campesinas sigue igual, 5 jóvenes manifiesta participar lo que representa el 10 %. En los planes de la calle desciende la participación con 7 jóvenes que manifiestan participar lo que representa el 14%; en los festivales deportivos recreativos 49 jóvenes manifiestan participar lo que representa el 96% de los jóvenes; los 49 jóvenes plantean preferencias por los juegos de Béisbol lo que representa el 96 % de los jóvenes; 47 plantean su gusto por los Juegos de Fútbol lo que representa el 92% de los jóvenes; 36 jóvenes muestran satisfacción por los juegos de Voleibol lo que representa el 70% de los jóvenes (fundamentalmente las hembras) y 39 jóvenes plantean gustarle los juegos de baloncesto lo que representa el 76 % de los jóvenes. Después de procesar estos datos comprobamos que las actividades de más aceptación son los festivales deportivos recreativos con el 96% y dentro de los juegos deportivos el Béisbol con el 96 % de aceptación y el Fútbol con el 92 %.

- La pregunta tres que recoge la frecuencia de participación en las actividades 49 plantean que participan semanalmente lo que representa el 96 % de los jóvenes; 16 jóvenes plantean que participan en estas actividades mensualmente lo que representa el 31 % de los jóvenes y 7 jóvenes plantean que participan ocasionalmente lo que representa el 13 % de los jóvenes.
- La pregunta cuatro referente a la satisfacción por las actividades que se realizan 49 jóvenes plantean estar satisfechos lo que representa el 96 % al referirse porque no estaban satisfechos; 2 plantean no conocer el programa de actividades a desarrollarse lo que representa el 4 % de los jóvenes.
- En cuanto a pregunta cinco referente a la consideración de la evaluación del Consejo popular en cuanto a la recreación 49 lo evalúan de Bien lo que representa el 96 % de los jóvenes; 3 lo evalúan de regular lo que representa el 4 % de los jóvenes y ningún joven lo evalúa de mal.
- La pregunta seis se refiere a las actividades que prefieren donde todos coinciden en que las actividades con componentes de juegos deportivos o predeportivos son los de su agrado ya que estas le permiten canalizar todas las energías acumuladas durante el día y además le proporcionan placer y bienestar dentro de estas el béisbol con el 96% y el Fútbol 92 % con el de los Jóvenes encuestados.

Después de realizadas la encuesta y observando la participación diaria de los jóvenes en las actividades realizamos nuevamente la valoración del autoregistro de tiempo libre para conocer como se comporta el mismo y las adecuaciones que de la distribución del tiempo realizaron los jóvenes para participar en las actividades.

Como se puede observar en la distribución del tiempo libre vario con relación al estado inicial de esta investigación utilizando como promedio 2 horas 45 minutos a la práctica de deportes incrementándose este en 2 horas y 20 minutos, disminuyendo notablemente el tiempo utilizado en otras actividades que era de 2 horas 26 minutos y se reduce a 20 minutos en este tiempo era donde se realizaban las actividades ilícitas, las demás actividades aunque varia su tiempo se mantienen bastante estables.

2.5.2. Distribución del tiempo libre

Muestra	Actividades de tiempo libre	Tiempo promedio
51	Ver Televisión	1.00

	Ir a Fiestas	0,40
	Escuchar Música	0,30
	Practicar Deportes	2.45
	Visitar Amigos	0.15
	Otras Actividades	0.20
	TOTAL	4,50

2.5.3. Análisis de la aplicación de la dóloma de dos proporciones aplicada a la encuesta.

CONOCIMIENTO SOBRE EL PLAN						
% inicial	% final	Valor de p	Altamente significativo	muy significativo	significativo	no significativo
20%	94%	0,000	X			
FRECUENCIA DE PARTICIPACIÓN SEMANAL						
12%	96%	0,000	X			
FRECUENCIA DE PARTICIPACIÓN MENSUAL						
18%	31%	0,6			X	
FRECUENCIA DE PARTICIPACIÓN OCASIONAL						
70%	13%	0.000	X			
SATISFACCIÓN						
12%	96%	0.000	X			

Al aplicar la dóloma de proporciones a la primera pregunta de la encuesta con el por ciento de la primera y la final el valor de p es de 0.000 lo que es altamente significativo, en la frecuencia de participación en las actividades semanales el valor de p es de 0.000 lo que es altamente significativo apreciándose un incremento de la participación semanal en las actividades, en la participación mensual en las actividades el valor de p es de 0.6 lo que es significativo aquí se aprecia una reducción en la participación mensual, en la participación ocasional el valor de p es de 0.000 observándose una reducción importante en los jóvenes que participan en las actividades de forma ocasional y en el grado de satisfacción el valor de p es de 0.000 lo que es altamente significativo apreciándose un incremento importante en el grado de satisfacción de los jóvenes con las actividades propuestas.

2.5.4. Análisis de la aplicación de la dóloma de dos proporciones al resumen de las Observaciones efectuadas inicial y final (resultado de bien)

a- Condiciones del lugar						
% inicial	% final	Valor de p	Altamente significativo	muy significativo	significativo	no significativo
60	60	0,5				X
b- Participación						
0	80	0,0009	X			
c- Calidad						
0	80	0,0009	X			
d- Aceptación						
0	80	0,0009	X			

Al analizar la d cima de proporciones dos proporciones aplicada a la los resultados de la observación inicial y final muestran que en el primer indicador sobre la idoneidad de las áreas el valor p es de 0.5 lo que no es significativo, el segundo indicador sobre la participación en las actividades el valor de p es de 0.0009 lo que es muy significativo, el tercer indicador sobre la calidad de las actividades el valor de p es de 0.0009 lo que es muy significativo y el cuarto indicador sobre la aceptación de las actividades realizadas el valor de p es de 0.0009 lo que es muy significativo lo que valida la utilidad del programa de juegos predeportivos propuesto para mejorar la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20-25 años del consejo popular Cabeza.

Conclusiones del Capítulo II

1. En este capítulo se realizó una detallada descripción de todas las entidades con las cuales consta nuestro consejo popular, así como de las relacionadas con nuestra circunscripción, las cuales nos puedan ayudar en determinado momento con el buen desarrollo de las actividades programadas.
2. Se realizó una caracterización del grupo de jóvenes motivo de nuestra investigación así como de los principales factores, los cuales hacen que los mismos ocupen su tiempo libre en otras actividades que no sean las más sanas ni adecuadas para su edad.
3. El resultado del diagnóstico de la ocupación del tiempo libre de los jóvenes dio como resultado que la mayoría de los jóvenes prefieren la práctica de actividades deportivas para ocupar su tiempo libre y carencia de organización y planificación de las actividades físico-recreativas para aprovechar el tiempo libre de los jóvenes.

4. La programación elaborada para mejorar la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de 20 a 25 años del consejo popular Cabeza se realizó sobre la base de sus preferencias y cumple una función social y formativa.

El ineficiente uso del tiempo libre demanda de una concepción nueva, objetiva y fundamentada en las necesidades, gustos y preferencias de la comunidad. La recreación como alternativa para ocupar este tiempo debe adecuarse a las condiciones concretas y a las particularidades de los adolescentes en el contexto en que estos se desenvuelven.

Por ello arribamos a las siguientes:

CONCLUSIONES

1. Teniendo en cuenta el análisis derivado de los diversos documentos y fuentes bibliográficas consultadas, se pudo constatar la gran connotación y atención hacia el tiempo

libre y su ocupación a través de actividades recreativas, adquiriendo singular importancia el proceso de programación, en el que se destaca como elemento indispensable para la canalización de necesidades, intereses, gustos y preferencias de la población.

2. Los jóvenes de 20 a 25 años del consejo popular Cabeza, poseen un espacio considerable de tiempo libre (4 horas 50 minutos como promedio, los días entre semana), que no es ocupado de forma óptima en la formación multilateral de los mismos pues no existe una oferta recreativa, lo cual incide directamente en la participación de estos en actividades que no están acorde con los principios de la sociedad.

3. Se elaboró el programa de juegos predeportivos, para ofertar a los jóvenes de 20 a 25 años pertenecientes al consejo popular Cabeza del municipio de Minas de Matahambre, este parte de las necesidades, intereses y preferencias recreativas de los mismos, la misma fue elaborada sobre la base de la flexibilidad y variedad, teniendo en cuenta el criterio de los especialistas consultados.

4. El programa de juegos predeportivos elaborado e implementado en el consejo popular Cabeza ha sido valorada positivamente, a partir de las observaciones realizadas a las actividades, la evaluación de la entrevista aplicada a los jóvenes de 20 a 25 años y de la distribución del tiempo libre, experimentado estos una mayor participación y motivación en las actividades desarrolladas.

RECOMENDACIONES

1. Continuar de forma ininterrumpida la aplicación de este programa de juegos predeportivos en el consejo popular con el objetivo de mantener ocupado el tiempo libre de estos jóvenes en función de su desarrollo físico y motivacional.

2. Por la importancia que reviste la buena ocupación del tiempo libre, se recomienda ampliar este tipo de trabajo a otros grupos de edades.

Bibliografía

1. Aisanuk, L. (2000). Gestión de tiempo libre. Barcelona: INDE Publicaciones.
2. Allport, G. W. (1967). La personalidad. Su configuración y desarrollo. La Habana: Edición Revolucionaria.

3. Arias, H. (1995) La Comunidad y su Escuela. Ciudad de la Habana: Pueblo y Educación.
4. Arostegui M. del C. y otros. (1980) Los estudios realizados en el ICIODI sobre tiempo libre. 2do. Seminario Internacional sobre Investigación Científica de la Demanda en el Mercado. La Habana: ICIODI.
5. Arteaga, R. (2000). El consejo comunitario de circunscripción: Núcleo de acción social. Tesis para la obtención del título de master en desarrollo social.
6. Bee, H. L. y S. K. Mittchel. (1984). El desarrollo de la persona en todas las etapas de su vida. México: Harla.
7. Butler, G. (1963). Principios y métodos de Recreación para la comunidad. Buenos Aires: Gráfica Omeba.
8. Cagigal, J. M. (1971). "Ocio y deporte en nuestro tiempo". Citius, Altius, Fortiu Tomo XIII, Fascículo 1-4: 79-119.
9. Calderón, E. B. (1987). Estudio de las necesidades e intereses de la población cubana como base de la planificación social territorial. La Habana: CISP.
10. Camerino, O. y Castañer, M. (1988). "1001 Ejercicios y Juegos de Recreación". Barcelona: Paidotribo.
11. Camerino, O. y Castañer, M. (1988). "1001 Ejercicios y Juegos de Recreación" Barcelona: Paidotribo.
12. CD de la Maestría.
13. CD Universalización carpeta Teoría y Practica de los Juegos
14. Colectivo de autores (1988) Selección de Lecturas de Psicología de las Edades III. Editora Universitaria, Universidad de La Habana. La Habana.
15. Colectivo de autores (1995) El adolescente cubano: una aproximación al estudio de su personalidad.. La Habana: Pueblo y Educación.
16. Constitución de la República (1976). Capítulo XI, Artículo 103, La Habana: Política.
17. Daltel, W. (1976). Juegos Recreativos. Berlín: Tribone.
18. Danfor, H. (1966). Planes de Recreación para la comunidad moderna. Buenos Aires: Gráfica Omeba.
19. Denies Esquivel, W. (2003). Entrenamiento del cerebro del atleta: enfoque Psicopedagógico. Guatemala: Apollo.
20. Domínguez G., L. (2003). Conferencias Introductorias. En: Psicología del Desarrollo:

Adolescencia y Juventud. Selección de Lecturas. Compiladora: La Habana: Félix Varela.

21. Domínguez G., L. (2003). Motivación profesional y personalidad. En: Pensando en la Personalidad. La habana: Félix Varela.
22. Domínguez, G., L. (1992) Caracterización de los niveles de desarrollo de la motivación profesional en jóvenes estudiantes. Tesis de Doctorado, Universidad de La Habana. La Habana, Cuba.
23. Dumazedier, J. (1964). Hacia una civilización del ocio. Barcelona: Estaba.
24. Dumazedier, J. (1971). Realidades del ocio e ideologías. Barcelona: Fontanella.
25. Erikson, E. (1986). Sociedad y Adolescencia. Siglo XXI México: S. A. de C. V.
26. Fernández, R. L. (2003). Relaciones amorosas en adolescentes y jóvenes. La Habana: Félix Varela.
27. Ferry, H. (1982). El trabajo en grupo. Buenos Aires: Paídos.
28. Fullea, P. y colectivo de metodólogos de la Dirección Nacional de Recreación del INDER. Recreación Comunitaria.
29. García, M. E. (1997). Actitudes y Comportamientos de la mujer granadina ante la práctica física de tiempo libre. Tesis Doctoral. Granada. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico. Universidad de Granada.
30. García, M, Hernández, A. y Santana, O. (1982) "Los estudios del presupuesto de tiempo de la población y sus aplicaciones". En Investigaciones científicas de la demanda en Cuba. La Habana, Editorial Orbe.
31. González, G, R. y González, Mercedes. (2001). Programa Nacional de Extensión Universitaria. La Habana.
32. González, Martín: Desarrollo Comunitario Sustentable. Propuesta de una concepción metodológica en Cuba desde Educación Popular, Tesis en opción al grado científico de Doctor.
33. Grushin, O (1966). Tiempo Libre y Desarrollo Social. Instituto de Demanda Interna. Centro de Información Científico Técnico.
34. Hart Dávalos, A. (1996) La extensión universitaria y la integración cultural. Conferencia. I Encuentro Latinoamericano de Extensión Universitaria. La Habana.
35. Ibarra, Lourdes. (2003). Las relaciones con los adultos en la adolescencia y la juventud. La Habana: Félix Varela.
36. Lares, A, (1966). Recreación del Tiempo Libre Venezuela Departamento Extensión

Cultural, División de Recreación.

37. López Alfonso, Julio E. (2004). Sociología del deporte: selección de lecturas para la docencia. Ciudad de La Habana: Editorial Deportes.
38. López Andrad, B. (1982). Tiempo libre y Educación. Madrid: Escuela Española.
39. Martínez de Osaba y Goenaga, J. A. (2004). Evolución y desarrollo del deporte (del siglo XIX hasta Sydney 2000). Ciudad de La Habana: Editorial Deportes.
40. Martínez del Castillo, J. (1985). Apuntes oposiciones de b.u.p. y f.p. año 1985. Tema 49: "el concepto de recreación física en el contexto educativo escolar. tiempo libre y ejercicio físico".
41. Martínez del Castillo, J. (1986). "Actividades físicas y recreación. Nuevas necesidades, nuevas políticas". Barcelona: Inefc
42. Martínez del Castillo, J. (1991). Estructura ocupacional del deporte en España. Madrid: Consejo Superior de Deporte.
43. Martínez del Castillo, J. (1998). Deporte y calidad de vida. Madrid: Librerías deportivas Esteban Sanz, S. L.
44. Martínez, O. (1999). Neoliberalismo en crisis. La Habana: Ciencias Sociales
45. Moreira, R. (1979). " La recreación un fenómeno sociocultural", Ciudad de la Habana José A. Huelga.
46. Matvéev, L. Fundamentos del Entrenamiento Deportivo. - Moscú: Editorial Ráduga, 1983.
47. Núñez, J. (2003). La ciencia y la tecnología como procesos sociales; lo que la educación científica no debería olvidar. La Habana: Félix Varela.
48. Orientaciones técnicas metodológicas de la dirección nacional de Recreación (2005). Dirección de recreación del INDER.
49. Osorio. E. (2001). Enfoques y perspectivas de crecimiento y desarrollo de la investigación en recreación. Colombia: FUNLIBRE.
50. Pérez Sánchez, A. (1998). Recreación: Fundamentos teórico - metodológicos. México: Servicio de Publicaciones del Instituto Politécnico Nacional.
51. Petrovski, A. V. (1979). Psicología general. Ciudad de La Habana: Pueblo y Educación.
52. Rodríguez, E y otros. (1988). Tiempo libre y personalidad. La Habana: Ciencias Sociales.
53. Rodríguez, E. (1982). "Tiempo Libre y Personalidad". La Habana: José A. Huelga.
54. Sánchez, E, Maria. y Gonzáles, Matilde. (2004). Psicología general del desarrollo. La

Habana.

55. Sánchez, O. (2002, 4 de enero). Declaraciones exclusivas de Humberto Rodríguez. Granma.
56. Solín, O. (1989). Sistema contemporáneo del entrenamiento deportivo. ED Científico-Técnico. La Habana
57. Suárez, M. (2006). Propuesta de actividades físico deportivas y recreativas para contribuir a la disminución de los males sociales durante la adolescencia en el barrio Olimpo en la ciudad de Guayama, Puerto Rico. Trabajo de Diploma (Lic. En Cultura Física). Pinar del Río, FCF "Nancy Uranga Romagoza"
58. Urrutia, Lourdes. (2006). Sociología y trabajo social aplicado: selección de lecturas. Ciudad de La Habana: Editorial Deportes.
59. Waichman, P. (1993). Tiempo Libre y Recreación. Un enfoque pedagógico. Buenos Aires: PW.
60. Weber, E. (1969). El problema del tiempo libre. Madrid: Editorial Nacional,
61. Zamora, R y García, Maritza. (1986). Sociología del tiempo libre y los estudios de consumo de la población. La Habana: Ciencias Sociales.
62. Zamora. R. M. García (1998). Sociología del Tiempo Libre y Consumo de la población. La Habana: Ciencias Sociales.
63. Vólkov, N.I. Bioquímica del Deporte. - Moscú: Editorial VIPO Vnestorgizdat, 1990.
64. Vega Portilla, César y otros: Orientaciones metodológicas de Educación Física, 9no., 10mo., y 11no. grado. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana, 1980.

Anexos

Anexo # 1

Guía de Observación

Actividades Observadas	Aspectos Observados	Parámetros Evaluativos					
		B	%	R	%	M	%
10 actividades Planes de la calle. 2 Torneos deportivos populares. 2 Festivales deportivos recreativos.4 Noches campesinas.2 .	a- Condiciones del lugar.						
	b- Participación						
	c- Calidad						
	d- Aceptación						

Anexo # 2

Guía de Entrevista a factores implicados.

Nombre:

Edad:

Ocupación Laboral:

Estado Civil:

¿Se les ofertan actividades recreativas a los jóvenes de su Consejo Popular?

Si _____ No _____

¿Con que frecuencia las realizan?

Semanal _____ Mensual _____ Ocasional _____

¿Domina usted el plan de actividades de recreación para el Consejo Popular?

Si _____ No _____

¿Qué causas impiden el desarrollo de las actividades recreativas en el Consejo Popular?

¿Qué elementos tienen en cuenta a la hora de programar y ofertar actividades?

¿Qué actividades recreativas predominan: físicas, culturales o recreativas pasivas?

Anexo # 3

Encuesta inicial a los Jóvenes.

Edad:

Sexo: M_____ F_____

Ocupación Laboral:

¿Conoce usted las actividades recreativas que se ofertan en su Consejo Popular?

Si_____ No_____

¿En cuales de las actividades que se expresan a continuación usted participa?

Actividad	Participación
-----------	---------------

Noches campesinas.	_____
--------------------	-------

Planes de la calle.	_____
---------------------	-------

Torneos deportivos populares.	_____
-------------------------------	-------

Festivales deportivos recreativos.	_____
------------------------------------	-------

¿Con qué frecuencia realiza usted estas actividades?

Semanal_____ Mensual_____ Ocasional_____

¿Está usted satisfecho con las actividades ofertadas?

Si_____ No_____ ¿Por que?

Según su criterio ¿Cómo valora el trabajo del Consejo Popular en la recreación.

Bueno_____ Regular_____ Malo_____

¿Qué actividades prefieres realizar?

Anexo # 3.1

Encuesta intermedia y final a los Jóvenes.

Edad:

Sexo: M_____ F_____

Ocupación Laboral:

¿Conoce usted las actividades recreativas que se ofertan en su Consejo Popular?

Si_____ No_____

¿En cuáles de las actividades que se expresan a continuación usted participa?

Actividad	Participación
-----------	---------------

Noches campesinas. _____

Planes de la calle. _____

Festivales deportivos recreativos. _____

➤ Juego de Béisbol_____

➤ Juego de Fútbol_____

➤ Juego de Voleibol_____

➤ Juego de Baloncesto_____

¿Con que frecuencia realiza usted estas actividades?

Semanal_____ Mensual_____ Ocasional_____

¿Está usted satisfecho con las actividades ofertadas?

Si_____ No_____ ¿Por que?

Según su criterio ¿Cómo valora el trabajo del Consejo Popular en la recreación?

Bueno_____ Regular_____ Malo_____

¿Qué actividades prefieres realizar?

Anexo #4

Guía de consulta con especialistas.

Nombre: _____

Sexo M: _____ F: _____

Cargo que ocupa: _____

Marque con una X según su criterio en correspondencia con la leyenda

Tabla de frecuencias absolutas a partir del criterio de los especialistas					
Aspectos valorados	Valoración				
	1	2	3	4	5
Aspectos teóricos que sustenta el programa					
Utilidad práctica del programa de juegos predeportivos					
Viabilidad del programa de juegos predeportivos propuestos					
Aprobación de la propuesta					

Leyenda: 1 Muy adecuada 2 Bastante adecuada 3 Adecuada 4 Poco adecuada 5 No adecuada

Anexo # 5

Relación de especialistas consultados

Nombre del especialista	Años de experiencia	Graduado en	Ocupación actual
Rubén Castro	20	Lic. en Educación Física	Responsable de Mini Industria
Yoel Garrido	15	Lic. en Educación Física	Responsable Docencia
Rigoberto Mirando	8	Lic. en Cultura Física	Sud director Recreación combinado # 3
José Luís Rivera	22	Lic. en Educación Física	Sud director Cultura Física y Recreación municipal
Alexis Valdez	3	Lic. en Cultura Física	Profesor de Recreación Combinado deportivo No 1

Anexo # 6

Auto registro de Actividades

Día de la semana: _____ Sexo: _____ Edad: _____

[illegible]

Anexo # 7

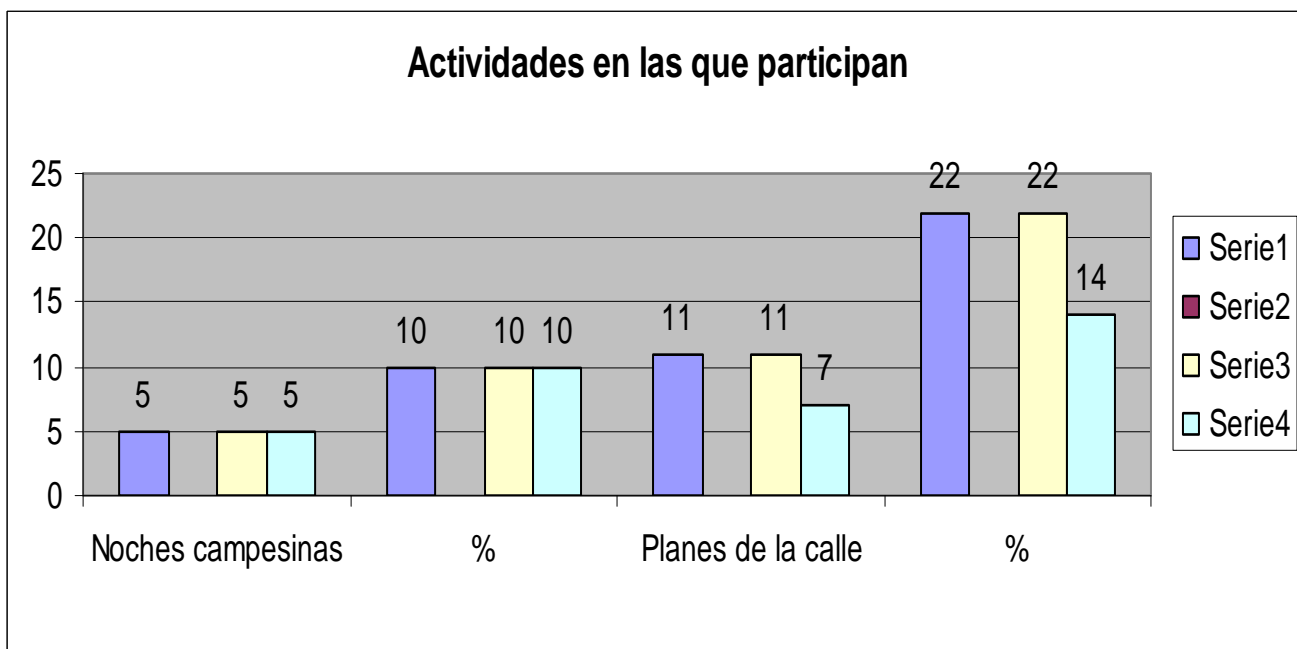
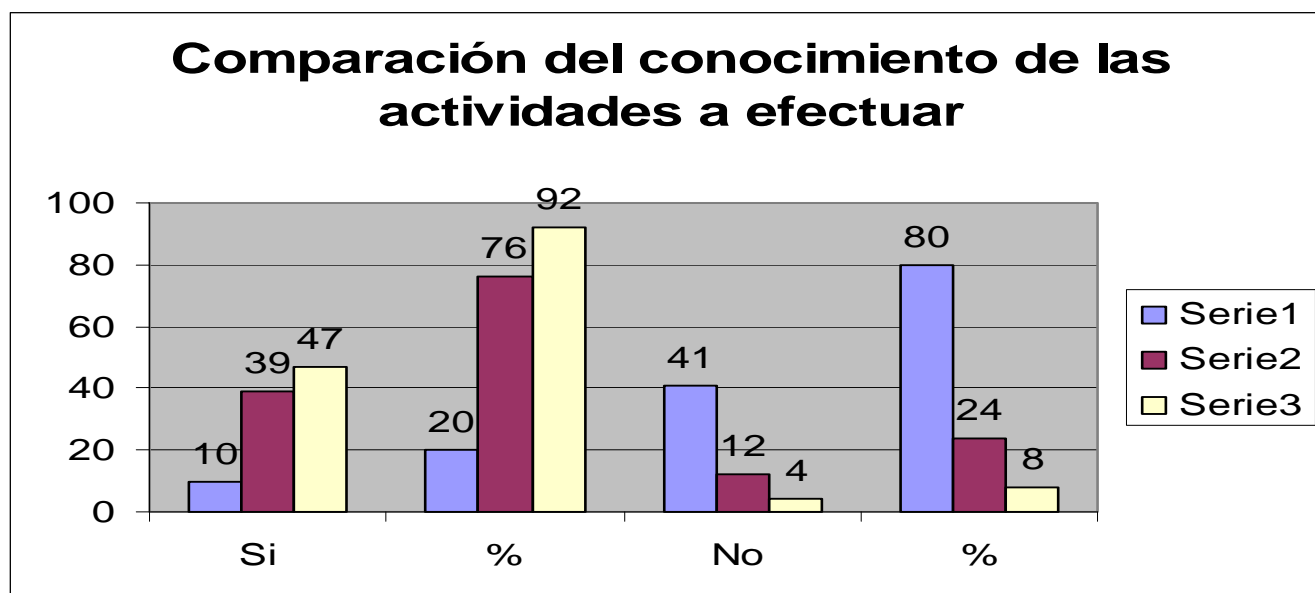
Comparación de las encuestas aplicadas a los jóvenes.

Resumen de la pregunta		Si	%	No	%										
Conocimiento sobre el plan de actividades	Primera encuesta	10	20	41	80										
	Segunda encuesta	39	76	12	24										
	Tercera encuesta	47	92	4	8										
Actividades en las que participa		Noches campesinas	%	Planes de la calle	%	Torneos deportivos populares	%	Festivales deportivos recreativos			%				
	Primera encuesta	5	10	11	22	24	47	26			51				
						Béisbol	%	Fútbol	%	Voleibol	%	Baloncesto	%		
	Segunda encuesta	5	10	11	22	47	92	43	84	13	25	27	53		
	Tercera encuesta	5	10	7	14	49	96	47	92	36	70	39	76		
Frecuencia de participación		semanal	%	Mensual	%	Ocasionalmente	%								
	Primera encuesta	6	12	9	18	36	70								
	Segunda encuesta	32	66	9	18	10	19								
	Tercera encuesta	49	96	16	31	7	13								
Están satisfechos		Si	%	No	%										
	Primera encuesta	6	12	45	88										
	Segunda encuesta	39	76	12	54										
	Tercera encuesta	49	96	3	4										

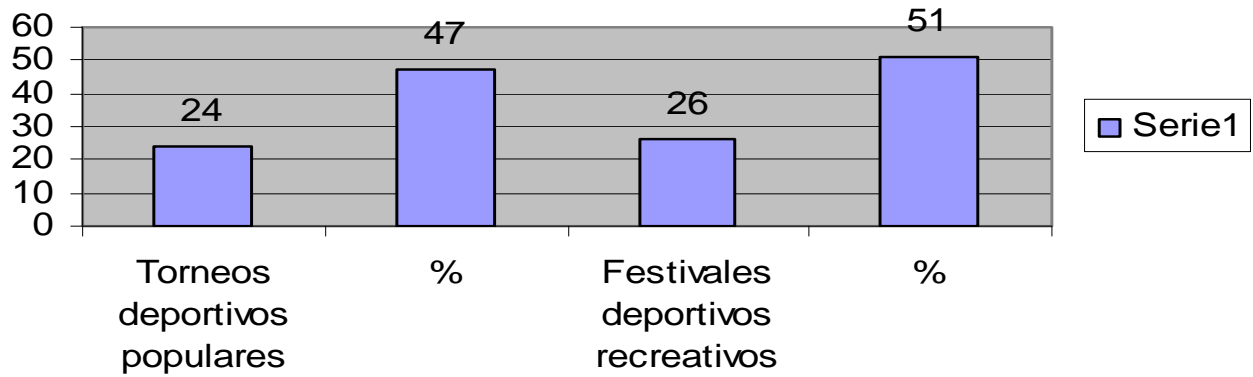
Evaluación que otorgan		Bien	%	Regular	%	Mal	%	No evalúan	%
	Primera encuesta	6	12	27	53	7	14	11	21
	Segunda encuesta	35	68	11	22	5	9		
	Tercera encuesta	49	96	3	4	0			

Anexo #8

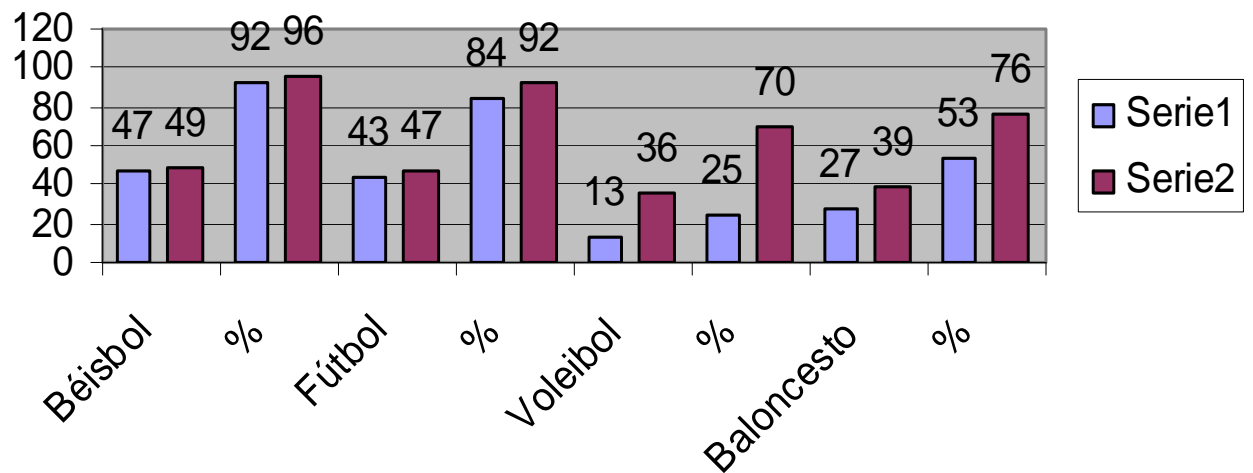
Gráficos comparativos de los resultados de las encuestas efectuadas.



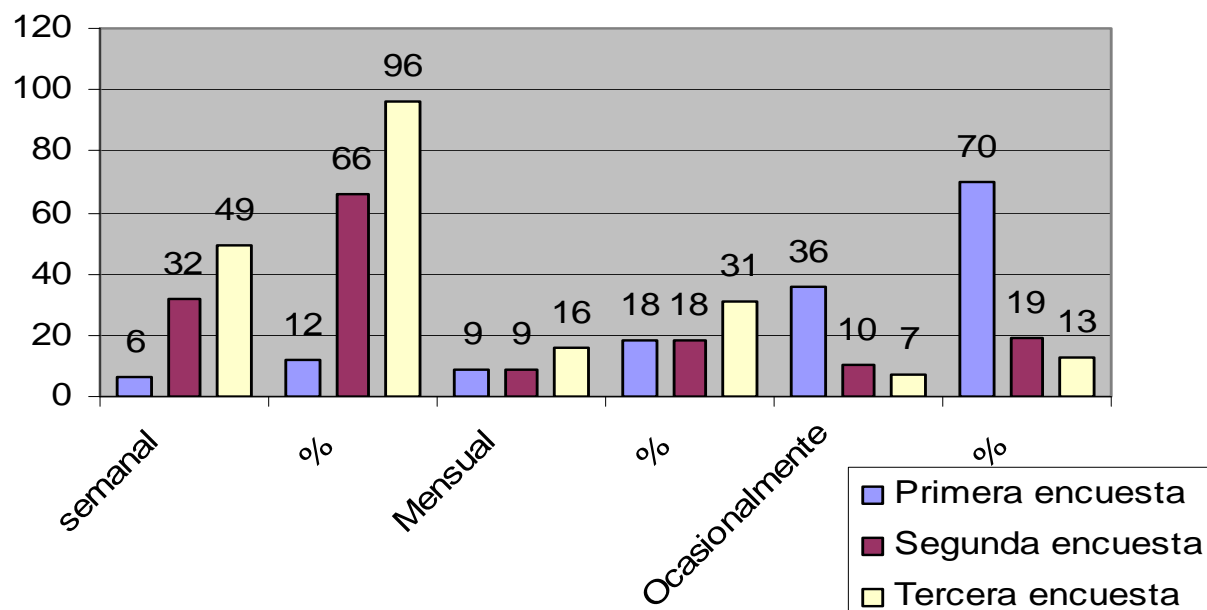
Actividades en las que participan



Actividades en las que participan



Frecuencia de participación



Están satisfechos

